

Frivilligverksamhet för äldre

**Kartläggning av existerande svenskspråkig frivillig verksamhet
samt av behov och önskemål i Borgå, Pargas, Raseborg och i
Åbo**

Annette Hansen

Maria Lehto

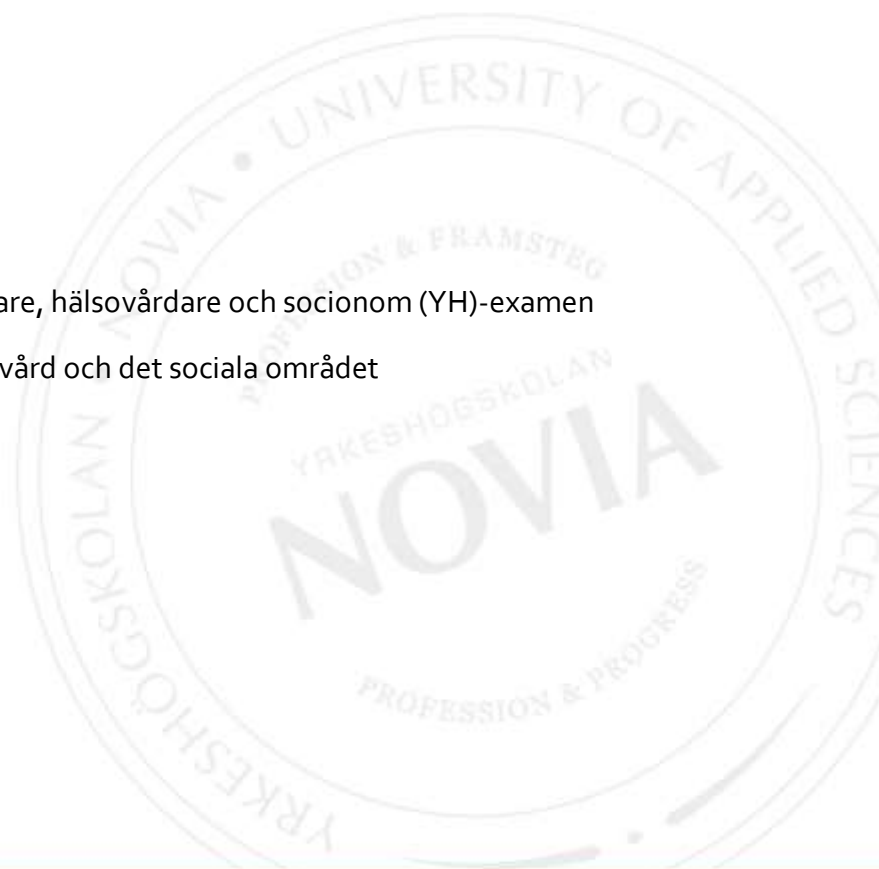
Katarina Lundberg

Julia Symes

Examensarbete för sjukskötare, hälsovårdare och socionom (YH)-examen

Utbildningsprogrammet för vård och det sociala området

Åbo 2018



EXAMENSARBETE

Författare: Annette Hansen, Maria Lehto, Katarina Lundberg & Julia Symes

Utbildning och ort: Utbildningsprogrammet för vård och det sociala området, Åbo

Inriktningsalternativ/Fördjupning: Sjukskötare, hälsovårdare och samhällsinriktat socialpedagogiskt arbete

Handledare: Michaela Jalava & Daniela Sundell

Titel: Frivilligverksamhet för äldre

Datum 4.5.2018 Sidantal 56

Bilagor 7

Abstrakt

Detta examensarbete ingår i projektet "frivilligarbete bland äldre" och är ett beställningsarbete av Svenska pensionärsförbundet rf. Arbetets syfte är att kartlägga vilket slag av frivilligverksamhet som finns och vad som saknas för äldre personer (65+) i Svenskfinland. Projektets syfte är att framlägga vilka önskemål och behov de äldre inom de olika regionerna har. I framtiden skall denna undersökning resultera i en gemensam verksamhetsmodell för frivilligverksamhet enligt vilken denna kan organiseras och utvecklas.

Som metod för kartläggningen har data samlats in genom telefonsamtal på de orter som gäller examensarbetet. Ytterligare har kvalitativa metoder i form av telefonintervjuer samt fokusgruppintervjuer utförts.

Resultatet av undersökningen var att utbudet av det frivilliga arbetet varierar stort från ort till ort. Intervjuerna visade att det största behovet på samtliga orter ligger på väntjänstverksamhet och social samvaro. Även information om existerande frivillig verksamhet ansågs som bristfällig på samtliga orter. Utbudet och efterfrågan möts inte på alla områden inom det frivilliga arbetet.

Språk: Svenska

Nyckelord: Äldre, frivilligt arbete, behov

OPINNÄYTETYÖ

Tekijä: Annette Hansen, Maria Lehto, Katarina Lundberg & Julia Symes

Koulutus ja paikkakunta: Utbildningsprogrammet för vård och det sociala området, Turku
Suuntautumisvaihtoehto/Syventävät opinnot: Sjukskötare, hälsovårdare och
samhällsinriktat socialpedagogiskt arbete

Ohjaajat: Michaela Jalava & Daniela Sundell

Nimike: Vapaaehtoistoiminta ikääntyneille

Päivämäärä 4.5.2018 Sivumäärä 56

Liitteet 7

Tiivistelmä

Kyseinen opinnäytetyö on Svenska pensionärsförbundetin tilaustyö sekä osa projektia "vapaaehtoistyö ikääntyneiden keskuudessa". Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa olemassa oleva yli 65-vuotiaille suunnattu vapaaehtoistoiminta, sekä sen puutteet suomenruotsalaisten asuttamilla alueilla, jolloin saamme tulokseksi ikääntyneiden toiveet sekä tarpeet.

Tämä tutkimus tulee tulevaisuudessa johtamaan yhteiseen toimintamalliin vapaaehtoistoiminnan organisoinnin sekä kehittämisen tueksi.

Kartoittamisen menetelmänä olemme käyttäneet tiedon keräämistä puhelimitse valitsemiltamme paikkakunnilta. Lisäksi olemme käyttäneet kvalitatiivista tutkimusmenetelmää puhelinhaastattelujen sekä fokusryhmähaastattelujen avulla.

Tutkimuksen tulos osoitti, että vapaaehtoistyön tarjonta vaihtelee suuresti eri paikkakunnilla. Haastattelut osoittivat, että suurin tarve kyseisillä paikkakunnilla koskee ystäväpalvelutoimintaa sekä sosiaalista osallistumista. Tieto nykyisestä vapaaehtoistoiminnan tarjonnasta kyseisillä paikkakunnilla nähtiin olevan puutteellinen. Tarjonta sekä kysyntä eivät kohtaa vapaaehtoistyön kaikilla osa-alueilla.

Kieli: Ruotsi

Avainsanat: Ikääntyneet, vapaaehtoistyö, tarpeet

BACHELOR'S THESIS

Author: Annette Hansen, Maria Lehto, Katarina Lundberg & Julia Symes

Degree Programme: Bachelor's Degree Programme in Social and Health Care, Turku

Specialization: Development and Leadership in Social- and Health care

Supervisors: Michaela Jalava & Daniela Sundell

Title: Voluntary work for elderly

Date 4.5.2018 Number of pages 56

Appendices 7

Abstract

This bachelor's thesis is a part of the project "voluntary work among elderly" and is a customized work by the association Svenska pensionärsförbundet. The purpose of the project is to map what kind of voluntary work there is and what is missing for elderly people over the age of 65 in the Swedish speaking parts of Finland. The outcome of the project is to present what kind of aspirations and needs there are in the different areas.

This analysis will in the future lead to a common operating model to organize and develop the voluntary work.

As a mapping method we have collected data through phone calls done to the different areas as chosen. Furthermore qualitative methods have been used as a method during phone interviews and focus group interviews.

Results of the study has shown that the outcome of the voluntary work varies a lot in the different areas. Within the interviews it came obvious that the biggest need of voluntary work was the need of a friend and social participation on all the different places. Also information about existing voluntary work on all the regions was considered inadequate. It appeared that the supply and the demand do not point on every region when associated with voluntary work.

Language: Swedish

Key words: elderly, voluntary work, supply

Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
2	Argument för ämnesval.....	2
3	Syfte och frågeställningar	3
4	Allmän information om vårt ämne.....	3
5	Definitioner av frivilligt arbete	4
6	Tidigare forskning.....	6
7	Vårdvetenskap	7
8	Socialkonstruktivism.....	8
9	Teoretisk bakgrundslitteratur	10
9.1	Grundläggande behov.....	10
9.2	Trygghet, säkerhet och de sociala behoven.....	11
9.3	Socialt åldrande	12
9.4	Det existentiella perspektivet	13
9.5	Den salutogenetiska modellen.....	15
10	Etik.....	18
10.1	Etik inom frivilligverksamhet.....	18
10.2	Självbestämmanderätt	19
11	Arbetsprocess.....	20
12	Metodbeskrivning	20
13	Forskningsetik	23
14	Resultat.....	23
14.1	Borgå.....	23
14.2	Pargas.....	30
14.3	Åbo.....	34
14.4	Intervju med diakoner	41
14.5	Diskussion kring fokusgruppintervjuer	44
14.6	Diskussion kring intervjuer med diakoner	45
15	Begrepp som framkommit i våra intervjuer.....	45
15.1	Social samvaro och delaktighet	46
15.2	Gemenskap och socialt kapital.....	48
15.3	Ensamhet.....	48
16	Kritisk granskning.....	49
17	Slutprodukt.....	50
18	Diskussion och utvecklingsförslag	50
19	Avslutning	52

Källförteckning	53
-----------------------	----

Bilageförteckning

Bilaga 1 Projektplan för examensarbetet

Bilaga 2 Informationsbrev

Bilaga 3 Intervjufrågor

Bilaga 4 Fokusgruppintervjuer

Bilaga 5 Sökhistorik

Bilaga 6 Kartläggning över existerande frivilligverksamhet i Borgå, Pargas, Raseborg och Åbo

Bilaga 7 Slutprodukt

1 Inledning

Det frivilliga arbetet i vårt land är en beaktansvärd del av välfärdsutbudet och kommer att bli än mer betydelsefullt i framtiden p.g.a. att en allt större del av befolkningen blir äldre och leder till att hjälpbehoven därmed ökar. Det frivilliga arbetet kan ge både fysiskt och psykiskt välbefinnande till mottagaren av det frivilliga arbetet, men ger även välbefinnande till den som utför det. Meningsfullhet och samhörighet är något av det som både mottagaren och givaren av det frivilliga arbetet får ta del av, detta är alltså en omständighet som gynnar alla parter. Det frivilliga arbetet bland äldre personer kan gälla t.ex. tjänster i den äldres hem, vårdhem och andra enheter som sjukhusavdelningar och dagverksamhet, men frivilligverksamhet förekommer även inom föreningar och frivilligverksamhetsorganisationer.

Vi som skrivit detta examensarbete "Frivilligverksamhet för äldre" är två sjukskötarstuderande, en hälsovårds- och en socionomstuderande, som har kartlagt och undersökt vilket slag av frivilligverksamhet som finns och vad som saknas för äldre personer (65+) i Åbo, Pargas, Raseborg och i Borgå, för att kunna jämföra utbud och efterfrågan. I framtiden skall denna undersökning resultera i en gemensam verksamhetsmodell för frivilligverksamhet enligt vilken denna kan organiseras och utvecklas. Detta projekt går under namnet "Frivilligarbete bland äldre" och är ett beställningsarbete av Svenska pensionärsföreningen rf.

Resultatet av undersökningen var att utbudet av det frivilliga arbetet varierar stort från ort till ort. Det som kom fram i våra intervjuer var att det största behovet på samtliga orter ligger på väntjänst-verksamhet. Önskemålen om det frivilliga arbetet ligger i första hand på den sociala samvaron och delaktigheten, men även andra önskemål såsom rådgivning och kartläggning över vad äldre personer har behov av och kan få av det frivilliga arbetet och myndigheternas tjänster var stort. Övriga önskemål som kom fram på samtliga orter vi undersökte var en önskan om lättillgänglighet av information om t.ex. utbudet av frivilligarbete och tillgänglighet i form av fysisk plats, såsom t.ex. transport till frivilligaktiviteter. Även hjälp med praktiskt utförande i det egna hemmet hörde till önskemålen.

2 Argument för ämnesval

Det frivilliga arbetet bidrar till att upprätthålla ett mer socialt och ekonomiskt hållbart samhälle, som ett komplement till den offentliga servicen. Ett socialt hållbart samhälle innebär bl.a. att man stödjer samhällsmedlemmarnas gemenskap och delaktighet och stärker därigenom den sociala samhörigheten. Vidare befrämjar ett socialt hållbart samhälle hälsa och funktionsförmåga hos medborgarna. (Social- och hälsovårdsministeriet, 2011, s. 4)

I det frivilliga arbetet möts individers samarbetsformer och önskemål, värderingar som att giva och hjälpa, samt delaktighet i det gemensamma. Frivilligverksamhet erbjuder individer och grupper meningsfullhet samt givandets och emottagandets överraskande upplevelser. I framtiden kommer inte social- och hälsovårdstjänsterna att räcka till, och det frivilliga arbetets tjänster kommer ofrånkomligt att behövas än mer. (Nylund & Yeung, 2005, s. 13)

Många aktiva pensionärer har behov av att delta i samhällets olika verksamheter och vill utveckla både färdigheter och kunskap även långt efter att de övergått från arbetslivet till att vara pensionärer. I de nationella hälsopolitiska riktlinjerna har det tydligt framkommit att det krävs åtgärder för förebyggande av äldres sjukdomar och förbättring av deras funktionsförmåga. Läget är allvarligt i fråga om att kunna säkerställa tjänster för över 85-åringar samt den ökande ensamheten bland äldre, mentala hälsoproblem och ojämlikhet. (Utriainen, 2011, s. 15-16)

Med detta projekt får vi en inblick i hur man kan förebygga utslagning både ur samhälls- och individperspektiv. Vi får även vara med om att stöda människors delaktighet och får kunskap om hur vi kan förutse och uppfatta förändringar i välfärdsservicen. Därtill kan vi medverka i serviceutveckling. Vidare får vi genom detta projekt mer kunskap i att kunna ge servicehandledning i våra kommande arbeten. Med hjälp av examensarbetet får vi också en bättre uppfattning om hur vi kan delta i intressebevakande arbete. Därtill utvecklar vi vårt reflektiva, vetenskapliga samt utvecklingsorienterade arbetssätt. Våra personliga argument för ämnesvalet är ett genuint intresse för äldreomsorg samt en av författarnas aktivitet inom frivilligverksamhet i väntjänst över 16 års tid.

3 Syfte och frågeställningar

Examensarbetets syfte är att kartlägga vilken frivilligverksamhet som redan existerar för äldre (65 +) i Borgå, Pargas, Raseborg och i Åbo, samt att utreda vilka önskemål och behov äldre personer har ifråga om frivilligverksamheten, så att den verksamhet som redan förekommer kan jämföras med den verksamhet som eftersöks.

Våra frågeställningar är:

Hurdan frivilligverksamhet existerar i dessa områden?

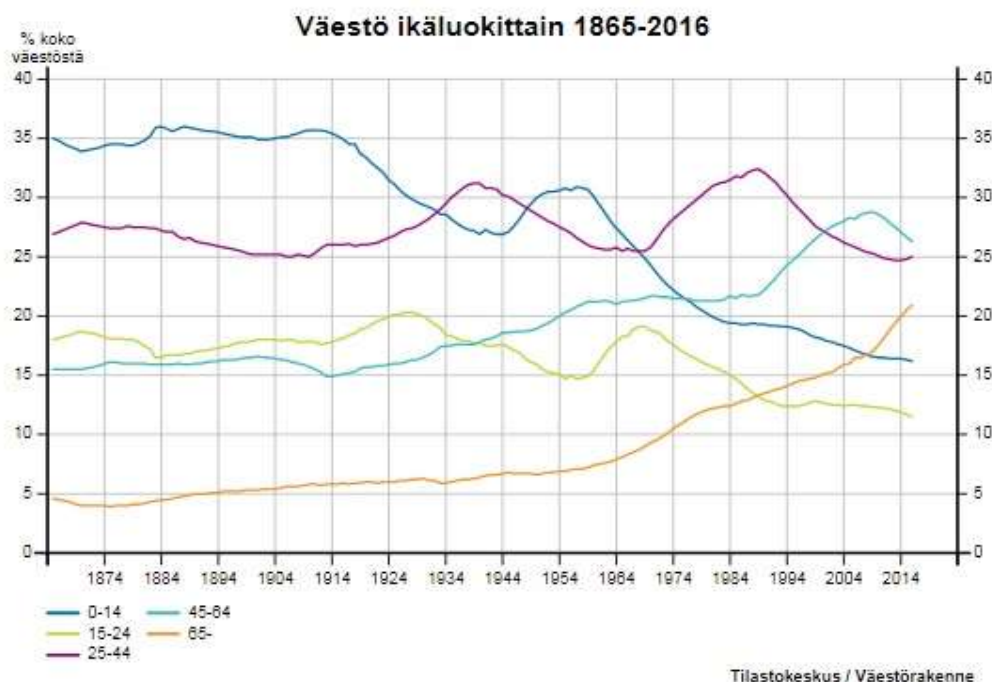
Hurdana önskemål och behov har äldre personer i dessa områden?

Hur möts äldre svenskspråkigas (65 +) behov och önskemål av frivilligt arbete i dessa områden, jämfört med den frivilligverksamhet som redan existerar?

4 Allmän information om vårt ämne

Det frivilliga arbetet i vårt land utgör en viktig del av bland annat äldre människors välmående. Av hela Finlands befolkning på över 5 miljoner var andelen 65+ åriga år 2015 20,5 % och år 2016 20,9 %. (Sotkanet, 2018). Finlands befolkning åldras i väldigt snabb takt och man räknar med att mellan åren 2011–2060 kommer antalet personer i åldern 65+ att öka med 18,1 - 28,2 %. (Schleutker, 2013, s. 425) (Se figur 1. Utvecklingen av befolkningens åldersstruktur)

Ensamheten ses som ett av de största problemen bland äldre personer och det finns rikligt med kvantitativ forskning kring detta ämne. En stor andel bor ensamma, men detta betyder inte automatiskt att personerna i fråga känner sig ensamma eftersom många njuter av att få vara i lugn och ro för sig själva. Dock finns det väldigt många ensamma som skulle behöva hjälp, men inte får det men också sådana som gärna skulle umgås med någon för att inte känna sig ensamma. (Uotila, 2011, ss. 13,14). På grund av den växande andelen äldre personer i vårt samhälle så antar man att det frivilliga arbetet kommer att ha en ännu större roll i framtiden.



Figur 1. Utvecklingen av befolkningens åldersstruktur

Svenska pensionärsförbundet som är beställaren av denna kartläggning har mer än 20 000 medlemmar och är därmed en av de största medborgarorganisationerna i Svenskfinland. Det finns sammanlagt 77 olika medlemsföreningar i Svenskfinland, Åland samt på språköarna. Det Svenska pensionärsförbundet har tre hörnstenar, det vill säga tre uppgifter som verksamheten strävar efter: intressebevakning, trivsel samt delaktighet. (Svenska pensionärsförbundet, u.d.)

5 Definitioner av frivilligt arbete

Frivilligverksamhet och frivilligarbete används ofta som varandras synonymer (Valliluoto, 2014, s. 13). Frivilligverksamhet har klassificerats utifrån olika undersökningar som en frivillig och oavlönad verksamhet, som ger välmående åt någon annan. Verksamheten strävar efter att fungera som en hjälpende hand och att lösa problem. Dess tidsschema och genomförande är dock glesare än professionell hjälp. Frivilligverksamhet är vanligen separerat från familje- eller grannhjälp fastän dessa påminner mycket om varandra. De olika uppgifterna kan variera allt från att hjälpa utstötta i samhället till palliativvård. (Etene, 2014, s. 3)

Med frivilligt arbete strävar man efter att nå jämlikhet samt mänsklighet. Den viktigaste etiska aspekten vid frivilligt arbete är frivilligheten. Förutom att frivilligheten skall komma från frivilligarbetaren, skall frivilligheten även komma från mottagaren. (Honkala & Rantanen, 2011, pp. 7-8)

Frivilligt arbete sker av personens egen vilja och enligt arbetarskyddslagen (2002/738) 55§ bör arbetsgivaren se till att personen (ifall hen utför samma eller liknande arbete som arbetstagarna) som utför frivilligarbete inte utsätts för fara eller att arbetet i fråga skulle skada hens hälsa. Detta ifall hen då gjort ett avtal med arbetsgivaren. Likaså skall även personen som utför frivilligt arbete ta hänsyn till säkerhetsanvisningarna kopplade till det arbete hen utför.

Frivilligverksamhet är en kollektiv verksamhet som dock i viss mån kan kräva deltagande i flera kurser och skolningar, och syftet kan ibland tydligt vara riktat till att fysiskt hjälpa. Detta slags arbete skiljer sig från avlönat arbete eftersom avlönat arbete ger en ersättning. Avlönat arbete utförs oftast även under en ledning och med tillsyn, samt att det kräver en viss utbildning och jobbet kan begära en viss professionell yrkesexamen. Frivilligverksamhet utförs oftast på basis av människans individuella kunskaper och färdigheter. (Etene, 2014, s. 14)

I centrum och grunden för de olika formerna ligger ändå den hjälpande handen, vare sig den hjälpen kommer konkret eller som indirekt genom ett gott humör och bemötande av organisationerna. Frivilligverksamhet kan ske inom tredje sektorn, på den privata sidan samt den offentliga sidan. (Valliluoto, 2014, s. 15)

En undersökning gjord av Taloustutkimus år 2015 visade det sig att ca 1,4 miljoner finländare deltog i frivilligverksamhet, 51 % av dessa var kvinnor och 49 % män. (KansalaisAreena ry, u.d)

Eläkeliitto ry:s definition på det frivilliga arbetet är att det finns allmänna principer och regler för frivilligverksamhet. Det frivilliga arbetet grundar sig på att en människa av fri vilja vill hjälpa och stödja en annan människa. Syftet med det frivilliga arbetet är att främja och stödja människors välbefinnande, på mottagarens villkor. Personen som utför det frivilliga arbetet får ingen lön för sina tjänster. Personen som utför det frivilliga arbetet har en vanlig ordinär människas kunskap och erfarenhet. En frivillig arbetare ersätter eller kompenserar inte en yrkesmänniska. Det frivilliga arbetet för äldre kan gälla hembesök (t.ex. små hushållsbestyr, läsa högt, samtala), besök till vårdhem eller sjukhusavdelningar, som följeslagare (t.ex. till

affären, apotek, bibliotek, till läkare, kyrkan eller annat), promenadkompis, gruppaktivitet etc. Det frivilliga arbetet kan utföras en enda gång, slumpmässigt samt kort- eller långvarigt. Det frivilliga arbetet grundar sig på jämlikhet, där både individen som mottar och personen som utför det frivilliga arbetet är jämlika och där all interaktion är respektfull. Frivilliga arbetaren hör sammar mottagarens självbestämmanderätt och frivilligarbetaren har tystnadsplikt. (Eläkeliitto ry, 2008, ss. 9-11,16,17)

6 Tidigare forskning

I artikeln *“Using elderly volunteers to care for the elderly: opportunities for nursing”*, bearbetar de möjligheterna för den äldre befolkningen att ta hand om de äldre. Trots att artikeln är skriven 1996 så har vi samma problem inom vården än idag som då. Det sparas hela tiden på kostnaderna för vården och speciellt äldreomsorgen lider av detta. Det blir bara färre vårdare och fler patienter. Detta är ett problem som uppenbarar sig runt omkring i världen och som gör att vården blir bristfällig. Här spelar därför de frivilliga insatserna en stor roll och det behövs bara mer av detta. Enligt forskning har det gett goda resultat då äldre personer har utfört frivilligt arbete för de äldre. Forskning visar även att majoriteten av de äldre är mer kompetenta och pålitliga då det kommer till ansvarsfulla arbeten. Många som blir pensionerade är i gott fysiskt skick och har en god hälsa och är därför goda kandidater för frivilligt arbete. De äldre kan även dela med sig av sin mångåriga erfarenhet och kunskande till olika yrken. (Wasserbauer, Arrington, & Abraham, 1996).

I artikeln *“Disabled and elderly citizens' perceptions and experiences of voluntarism as an alternative to publically financed care in the Netherlands”* framkom ett problem där mottagarna av frivilligt arbete hade låga förväntningar på volontärerna. Mottagarna tvekade på att volontärerna, speciellt unga personer, kunde förstå sjukdom och hälsa och därmed kunna bidra med en god vård. Här ansågs det att volontärerna kunde bättre bidra med socialt stöd, kamratskap. (Grootegeod & Tonkens, 2017). Här kan man tänka sig att de äldre möjligen känner sig mer säkra med en äldre volontär.

Som en slutsats kan man tänka sig att både de som gör frivilligt arbete och de som behöver hjälp drar nytta av det frivilliga arbetet. De pensionerade kan fortsätta med lättare arbete och uppehålla sin fysiska aktivitet och hälsa, emedan de som behöver hjälp kan få detta utan kostnader. Många äldre vill även fortsätta med någon sorts syssla då de blir pensionerade, men vet inte om möjligheterna inom frivilligt arbete. Befolkningen behöver bli mer

medveten om detta och vilka betydelsefulla insatser de kan ge och få. Då man tänker på hälsa, spelar den sociala biten stort in på välmående. Goda sociala kontakter och dagliga aktiviteter bidrar till en bättre hälsa och därmed mindre behov av själva sjukhusvården. Därför är frivilliga insatser inte bara inom vård, utan även kamratskap, viktiga.

7 Vårdvetenskap

Vårdvetenskapens människobild bygger på en helhetssyn på människan vilket man kan tänka sig att även kan kopplas till frivilligverksamhet. Helhetssynen innebär att man skall bemöta individen så som den är. Helheten består av kropp, själ och ande. Katie Eriksson (1992, s.35) förklarar vårdvetenskapen ihopkopplad med vårdandet på följande vis:

”Vårdvetenskapen studerar människan som delaktig i vårdkulturen, hennes väsen, hennes handlingar och resultaten av hennes handlingar dvs. hennes delaktighet i vårdandet.”

Som professionell måste man kunna se människan som en helhet, bortom en eventuell sjukdom och vara färdig att bemöta den andra gott, oavsett vad som kommer emot. Den professionella har även en roll att kunna se den äldres resurser och använda de till godo, samt kunna skapa en god kommunikation och relation med hjälp av individens resurser. (Eriksson, 1992, ss. 17, 35)

Vårdvetenskap kan motiveras som ett samlingsbegrepp för forskning inom ett och samma ämne eller om flera relaterande ämnen. Det som sammanflätar dessa olika ämnen är att de omfattar teori, metod och teknik för studier av problemen och åtgärder relaterade till människans hälsa, ohälsa och vård, samt vårdande i olika sammanhang och miljöer. Vårdvetenskapen är bl.a. intresserad av att forska inom omständigheter gällande möten mellan en vårdare och patient. Det behöver inte nödvändigtvis handla om ett vårdtillfälle och vara en vårdare gentemot patient, utan kan även handla om en professionell gentemot en vanlig individ. Andra områden som ligger i vårdvetenskapens kärna är forskning bl.a. inom diagnostik, rehabilitering och bemötande. Inom kärnan behandlas även förhållandet mellan samhället och den utomstående delen samt kopplingar mellan hälsa och ohälsa. Individens resurser, vårdens organisation och kvalitet samt utbildning inom vården ingår. Forskningen utgår från ett mångprofessionellt perspektiv vars syfte är att förebygga hälsoproblem, stödja sjuka människor, lindra lidande och få personer att behålla eller återvinna hälsa med hjälp av det framkomna resultatet. (Vetenskapsrådet, 2005, ss. 10,12) (Carlsson, 2010)

8 Socialkonstruktivism

Vi har valt att ha med ett kapitel om ämnet socialkonstruktivism eftersom detta perspektiv är nära anknytet till fokusgruppintervjuer, där data uppkommer från den sociala interaktionen. Vi har använt oss av fokusgruppintervjuer för att få svar på vår frågeställning om behovet och önskemål av det frivilliga arbetet för personer som är 65 år och äldre.

Socialkonstruktivismen som perspektiv innebär att man förstår att det inte går att se helt objektivt på fenomen, utan istället bör sanningen ses som samhällsskapad. Vi måste alltså förstå hur mening frambringas genom social interaktion. Detta betyder att olika människor kan ha totalt olika inställning och synsätt om samma fenomen. Genom kvalitativa metoder eftersträvar man att kunna igenkänna eller särskilja hur det sociala konstrueras genom gärning, interaktion och meningsbildning. Man räknar med att dessa är forskningsbara, betydelsefullt och väsentliga med avseende på de sätt att se på i anslutning till samhället, som man för det mesta tolkar som uppbyggda beskaffenheter som ex. sociala skillnader eller klasser. Fokusgruppsintervju som kvalitativ forskningsmetod kan ses som nära förbunden med konstruktionistisk vetenskapssyn, där interaktionen nyttjas för att åstadkomma data. (Tjora, 2012, s. 19, 95)

Individen influeras av sociala intryck, normer samt värderingar i de kretsar de är förbundna med (Giddens & Sutton, 2014, s. 277). Enligt socialkonstruktivismen är vår kunskap om verkligheten socialt konstruerat och den sociala gemenskapen är bakgrunden till att frambringa kunskap. Där två eller flera individer kontinuerligt utövar interaktion med varandra vänjer man sig och dessa vanor blir stegvis till seder och traditioner. Detta leder till att nya generationer lär sig genom socialisation att se de som naturliga sätt att fungera och handla och som självklara sanningar. (Saaristo & Jokinen, 2013, s. 100, 101)

Enligt socialkonstruktivismen kan vi inte möta den verklighet vi undersöker helt fulländat och ”rent”, utan vi ser alltid verkligheten från någon synvinkel. Det vi studerar benämner och namnger vi på något sätt, detta kan gälla föremål, förnimmelser och känslor samt institutioner. Även om föremålen vi studerar, inte alltid är formulerade t.ex. såsom i icke-verbal kommunikation eller i fråga om bilder, kan forskaren endast närma sig genom de symboler och begrepp, som är kulturellt möjligt. (Jokinen et al., 2016, s. 251-252)

Begreppen som vi tillämpar har uppstått under långa historiska processer där interaktionen mellan människor har spelat en viktig roll. Det finns två motsatta avsikter i denna

relevansprocess. En av dem är att stabilisera relevansprocessen som hjälper oss att navigera i vardagen och att kunna skilja det absurda från det rationella. Den andra är att innebördens betydelse är oklar och otydlig, innebörden är mångtydig och omvandlas samt att innebörden får nya menings- och begreppsförklaringar. (Jokinen et al., 2016, s. 252)

Företeelser får sin betydelse genom skillnader, t.ex. sorgsen får sin mening i jämförelse med glad, samtidigt är innebördens sammansättning kontextbunden. Ett ord eller en del av en mening kan förstås först då den kan ses i ett större sammanhang, som t.ex. i en mer omfattande interaktionsberättelse, då kan man tolka den bättre; när den är associerad till kontexten. Att kunna tolka olika innebörder är ändå inte en självklar eller enkel händelse, eftersom det är en följd av en förhandlingsprocess om en gemensam förståelse. (Jokinen et al., 2016, s. 252)

Språket speglar inte direkt verkligheten, men är inte heller självständigt i fråga om den icke-verbala verkligheten, dessa kan istället ses som oskiljbara och i en ständig växelverkan med varandra. Former för konceptualisering (begreppsbildning) uppstår under interaktion mellan individer vars följd blir klassificering och dess stabilisering. (Jokinen et al., 2016, s. 253)

Olika perspektiv på hur socialkonstruktivism har visat sig i samhällsvetenskapen är t.ex.: tänkandet och sinnet, motiv och förklaring av beteenden, emotioner och deras karaktär, minnet och att minnas, att observera, språket och språkanvändningen, sociala kategorier, interaktion och sociala relationer, det egna jaget, identitet och personlighet. Med andra ord betraktar man konkreta fenomen från en socialt konstruerad synvinkel. På detta sätt försvinner den allmänna karaktären av ett fenomen, istället ser man de fenomen som man tidigare sett som allmänna, universella samt som har en beskaffenhet som utifrån kommande, som socialt konstruerat. Vilket leder till att man kan förstå fenomen som kontextbundna och uppkomna genom sociala gemenskaper. (Kuusela & Saastamoinen, 2001, s. 24-31)

Frågan om beskaffenheten av sociala relationer är interaktionens centrala problem: på vad baserar sig interaktionen och vad händer mellan individer? Allt betydelsefullt i en människas liv skapas av mänskliga interaktioner som baserar sig på samtal. Mönstret är allmänt den att människans beteende baserar sig på innebörd och att innebörden är av social karaktär. Man kan dra slutsatsen att människan har en grundläggande social funktion som styr människan. (Kuusela & Saastamoinen, 2001, s. 29)

I socialkonstruktivismen ser man problemorientering och -fokusering som ett sätt att få problemen att bli än större och man ser hellre en ny demokratisk dialog, där man t.ex.

betraktar människor med mentalhälsoproblem som jämlika i diskussionen med professionella experter. (Kuusela & Saastamoinen, 2001, s. 304)

9 Teoretisk bakgrundslitteratur

Eftersom detta examensarbete undersöker önskemål och behov av det frivilliga arbetet för personer som är äldre än 65 år, har vi valt att ta upp de grundläggande behoven, vad som hör till det sociala åldrandet samt tar upp frågan om vikten av individens strävan efter mening samt känsla av meningsfullhet i vardagen.

9.1 Grundläggande behov

Abraham Maslow (1908–1970) kallas den humanistiska psykologins skolbildnings andlige fader. De humanistiska psykologerna var övertygade om att det i människan finns en kreativ potential som bör tas tillvara och de hoppas finna metoder med vars hjälp, människan kan utveckla sina inneboende möjligheter. (Tamm, 2012, ss. 115,116) Orsaken till att vi går in på Maslows behovspyramid, är att den inte bara tar upp de fysiologiska behoven, utan även den sociala delen var det frivilliga arbetets insatser kan spela en betydande roll.

Maslow ansåg att mänskliga behov samt önskningar är hierarkiskt ordnade där den lägsta sektorn i pyramiden består av grundläggande behoven som måste tillfredsställas för att kunna överleva, medan de övre sektorerna består av mindre viktiga behov som kan skjutas framåt. För att behoven högre i pyramiden skall kunna tillfredsställas så måste de viktigare behoven nere i pyramiden vara tillfredsställda. (Tamm, 2012, pp. 121-124)

De fysiologiska behoven utgör grunden för hela Maslows behovspyramid. Hit hör alla grundliga, basala behov som måste tillfredsställas för att kunna överleva. Dessa är även universella och därmed lika för alla människor. Till dessa räknas behoven av mat, dryck, andning, sömn, vakenhet, skydd för olika temperaturer samt sinnesstimulering. (Tamm, 2012, ss. 121-124). Då man tänker på de äldre och frivilligt arbete så behöver de grundläggande behoven vara tillfredsställda för att kunna orka delta i sociala sammanhang och för att vilja ta emot hjälp. Frivilligt arbete kan även behövas så att den äldre skall få de grundläggande behoven tillfredsställda.

Enligt en forskning som gjorts i Nederländerna så konstaterades det dock att mottagarna av frivilligt arbete hade låga förväntningar på volontärerna. De ansåg att de frivilliga insatserna

är bra då det kommer till de sociala behoven samt mindre problem som att t.ex. pussla, emedan de inte kan ta hand om större problem och sjukdomar. Särskilt personer med psykiska störningar, sällsynta funktionshinder och sjukdomar tvivlade på att volontärer skulle kunna förstå deras sjukdom och kunna hjälpa dem. På grund av detta vände sig inte heller dessa personer till volontärerna även då det kom till mindre hjälp som de behövde. Många mottagare lade även märke till brist på kunskap bland volontärerna och vände sig därför hellre till sjukvårdspersonal då det kom till hjälp som berörde hälsan. (Grootegoed & Tonkens, 2017)

9.2 Trygghet, säkerhet och de sociala behoven

En sektor i Maslows pyramid består av trygghetsbehov vilket innebär trygghet, säkerhet och behov av mänskliga kontakter. Dessa kan först tillfredsställas när de fysiologiska behoven är tillgodosedda. Under ålderdomen är trygghetsbehoven stora och de behöver tryggheten av ett hem med välkända miljöer. Stor otrygghet kan uppkomma då man behöver hjälp av totalt främmande människor. (Tamm, 2012, ss. 121-124)

Behov av kärlek och gemenskap är även mycket viktiga för en harmonisk växt och mognad. Enligt Maslow har människan genom hela livet ett outsläckligt behov av kärlek och gemenskap. Många människor isolerar sig och upplever ensamhet och tomhet vilket kan vara ytterst plågsamt. Då människan upplever kärlek och tillhörighet vill man uppleva att man är uppskattad och har självrespekt. Uppskattningar innebär att personen även kan prestera bättre. Detta är följande steg i pyramiden. (Tamm, 2012, ss. 121-124) Här kommer frivillig arbetet igen in och spelar en stor roll. Då den äldre har möjlighet att få någon som kan ge en social trygghet, vänskap och t.ex. ta med en ut på en promenad så förbättras livskvaliteten avsevärt.

Enligt forskningen som gjordes i Nederländerna så hade de ytterligare fått som resultat att då det kommer till de sociala behoven och begär så anses volontärarbetet vara nyttigt. Då det kommer till vårdandet och bemötande så ger volontärerna mera varmare och personligare vård än möjligen den utbildade vårdpersonalen på sjukhuset. Frivilligt arbete ökar även välmående och därmed förbättrar livskvaliteten. Mottagarna av frivilligt arbete ansåg även att volontärerna lämpade sig bättre till att hjälpa till med mindre saker och ge socialt stöd som att t.ex. pussla tillsammans. (Grootegoed & Tonkens, 2017)

Högst i pyramiden står "självförverkligandet", vilket var Maslows beskrivning för sunda och psykiskt friska människor. "med självförverkligande" avser Maslow en människas önskan att bli det som finns potentiellt nedlagt i hennes förmåga. (Tamm, 2012, ss. 121-124)

Man kan koppla ihop behov och begär då det kommer till att få hjälp av frivilligt arbete. Man kanske redan får hjälp med de grundläggande behoven, men för att kunna förverkliga sig själv och må bra behöver man även in något mer betydelsefullt i livet. Att kunna delta i olika kostnadsfria evenemang och träffa andra äldre i samma livssituation kan vara mycket betydelsefullt. Man kan säga att frivilligarbete tillfredsställer mycket den sociala biten av behoven och Maslows behovspyramid.

9.3 Socialt åldrande

Socialgerontologi behandlar ämnen som det sociala åldrandet- och utvecklingen gällande levnadsbanan, samhällets förfarande om att ta hand om dessa förlopp både informellt och formellt, samt vilken innebörd dessa skeendens växelverkan har för äldre personers tillvaro. Socialgerontologins omfång innefattar tre teorier: *disengagemangs-* och *aktivitetsteorin*, som båda har inverkat på uppbyggandet av hälso- och socialpolitiken samt *gerotranscendens*. Gerotranscendens företräder en sammanställning av disengagemangs- och aktivitetsteorin och leder därtill att vi får ett helt nytt sätt att kunna förstå äldre individer. (Bondevik & Nygaard, 2005, s. 41) Orsaken till att vi behandlar dessa teorier är att vi bl.a. får en förståelse för att äldre människor har olika behov av att t.ex. delta i olika aktiviteter.

I disengagemangsteorin har man velat, förutom att se åldrandet som en individuell företeelse, även klarlägga förfaranden i ålderdomen förknippat med samhället. Syftet med denna teori var att undersöka "normalt åldrande", där inkomster och hälsa var passliga. En huvudsaklig konklusion var att tillbakadragenhet är något ofrånkomligt i åldrandet. Med denna tillbakadragenhet menas att då människan blir äldre, drar hon sig både psykologiskt som socialt, stegvis tillbaka från sin omgivning. Teorin baserar sig på att alla skall dö någon gång och för att samhället ska kunna fortskrida även efter en enskild medborgare, bör det finnas ett socialt system som ser till att makt förflyttas från äldre till yngre individer på ett tämligen enkelt sätt. Teorin utgår från att samhällets och den enskilda medborgarens behov är i jämvikt med varandra. Teorin är omtvistad för att det inte råder samstämmighet i fråga om ifall social tillbakadragenhet är en ofrånkomlig tilldragelse, även om det är allmänt känt att de sociala aktiviteterna avtar med stigande ålder. (Bondevik & Nygaard, 2005, s. 42)

Det centrala i aktivitetsteorin är att principerna för äldre är likadana som för personer i medelåldern. Man ser det som att förbindelsen mellan det personliga och den sociala helheten kvarstår relativt likadan, de äldres förhoppningar är i det närmaste likadana som för de i medelåldern, förutom gällande yrkesaktiviteten. Då betydelsefulla uppgifter tar slut, bör dessa kompenseras med andra givande samt meningsfulla göromål. I denna teori ser man den aktiva och sysselsatta äldre individen som företrädare för ett "lyckat åldrande". Denna teori ser äldre som fullvärdiga samhällsmedlemmar jämfört med disengagemangsteorins olikartade syn. (Bondevik & Nygaard, 2005, ss. 42,43)

I gerotranscendensteorin ser man att äldre personers värderingar och perspektiv förändras från det att de var yngre, människan utvecklas från att ha materiella och rationella verklighetsperspektiv till det mer immateriella och andliga hållet. Begreppet transcendens innebär översinnlig eller att övergå från den materiella världen till något mer andligt. Gerotranscendens är det sista skedet i den naturliga utvecklingen mot vishet och mognad. Denna utveckling hör naturligt till, men kan motverkas, omformas eller stärkas av kultur. Gerotranscendens kan ta sig uttryck i en förstärkt känsla av att vara "ett med naturen", förändrad syn på döden, då den känns mindre skrämmande samt en förstärkt känsla av gemenskap med framtida generationer. Vidare kan utvecklingen ta sig uttryck i att vikten av ytliga sociala kontakter avtar, självupptagenheten minskar och individen vill ha mer tid för begrundan och eftertanke. Transcendens leder således till ett ökat välbefinnande. (Bondevik & Nygaard, 2005, ss. 42,43) Där man i aktivitetsteorin ser äldre som möjligen överskattat aktiva individer, måste man också ta i beaktande att alla äldre inte vill delta i aktiviteter, varenda äldre ska inte heller behöva uppmuntras till att ha ett andligt liv. (Bondevik & Nygaard, 2005, ss. 45,46)

9.4 Det existentiella perspektivet

I detta kapitel behandlar vi ämnet existentiella behov och hur olika aktiviteter kan ge mening i livet. Oberoende av i vilket livsskede en individ är kan den existentiella dimensionen ses som en egenskap som alla har, vilket innebär att ha en verklighetsbild som ser vidare än den materiella och reella verkligheten. Vördnad för en individs egenvärde betyder att en professionell alltid måste ta i beaktande vårdtagarens/klientens individuella värderingar samt levnadssätt. Man kan se skillnad på *existentiella* och *andliga behov*. Med existentiella behov menar man ett allmänt behov av att upptäcka mening i livet, vilket inkluderar att finna svar på existentiella frågeställningar. Religiösa behov hänger ihop med en Gud eller en makt

bortom individen som utmärker värderingar, inställningar samt etiska principer. (Bondevik & Nygaard, 2005, s. 51) *Livssyn* kan definieras som en helhetssyn av tillvaron. En livssyn kan innefatta både religioner och åskådningar, dessa värden lägger grunden till människans medvetna val och handlingar. (Bondevik & Nygaard, 2005, s. 52)

Viktor Frankls *existentiella teori* lyfter fram individens tendens efter mening. Denna filosofi inbegriper ett antal utmärkande förklaringar som gemensamt bildar tre system; triader. Till den första triaden hör: *viljans frihet*, *vilja till mening* och *meningen med livet*. Viljans frihet står för att individen har en egen fri vilja, begränsning för viljan är döden. Individen har möjlighet att välja mellan olikartade alternativ samt levnadsregler. Vilja till mening, innebär individens primära strävan efter att uppnå mening och mål i sitt liv. Meningen med livet går ut på att individen oavbrutet strävar efter mening i livet och att denna vilja till mening är en pådrivande kraft. Att finna denna mening kan betyda att människan hittar en syssla eller en uppgift att uträtta. Meningen i livet är sålunda olika för människor samt p.g.a. omständigheter. Frankl framhåller att dessa sysslor som kan ge mening i livet, kan vara skapande och kreativ verksamhet, att begå en god handling eller att få erfara godhet, sanning, kultur och estetik. Meningen i livet kan även innebära att få uppleva naturen eller att träffa en särskild person. (Bondevik & Nygaard, 2005, ss. 52,53) Meningen i livet kan även förknippas till frivilligt arbete; som att man själv gör frivilligt arbete eller är den mottagande parten.

Den andra triaden; *vilja till mening*, innehåller skapande värden, värden som förvärvas genom erfarenhet och ställningstaganden. Dessa skapande värden innebär alltsammans som individen under sin livstid åstadkommer och överlämnar till sin omgivning. Värden som förvärvas genom erfarenhet, tyder på det som individen i sin tur fått från omvärlden. Ställningstagande betyder den inställning som individen har då hon står inför nya, oväntade eller överraskande situationer. Dessa centrala mänskliga villkor utgör skäl för meningen med livet. (Bondevik & Nygaard, 2005, s. 53)

Den tredje och sista triaden benämner Frankl för *människoexistensens tragiska triad*, som består av lidande, skuld och död. Samtidigt som det är eftersträvansvärt att sky lidande, så är lidandet också ofrånkomligt. Man ser begreppet meningsfullt här som att individen har medfödd förmåga att ändra riktning från personligt lidande och tragedi till personlig utveckling, samt att omskapa misströstan och nöd till seger, genom sin inställning till detta lidande. Frankl påpekar att det är angeläget att åskådliggöra detta för en lidande person. Enligt denna existentiella teori behåller livet sin mening livet ut. Om individen inte hittar

någon mening i sitt liv, kan det resultera i existentiell vanmakt. (Bondevik & Nygaard, 2005, ss. 53,54)

9.5 Den salutogenetiska modellen

Vi har valt att ta med den salutogenetiska teorin då det är viktigt att uppmärksamma vad som är meningsfullt för den enskilde individen och eftersom det är önskemål och behov av det frivilliga arbetet som vi undersöker, kan man se önskemål, behov och meningsfullhet som nära förbundna med varandra. En frivilligarbetare kan även vara en resurs för en person vid t.ex. svåra livshändelser. En person som får stöd har en känsla av en hög grad av hanterbarhet i påfrestande levnadsförhållanden och känner sig inte då som ett offer för omständigheterna.

Den salutogenetiska modellen har gett helt nytt begreppssystem som framhäver friskhet och hälsa, i stället för sjukdom. Aaron Antonovsky som står för den salutogenetiska modellen, har en holistisk syn på individen, vilket innebär att man har en helhetssyn på människan. Antonovsky beskriver människan därtill som aktiv och självbestämmande, som personligen kan besluta om vad som är betydelsefullt för henne och hur hon vill inrätta sitt liv. För att en person skall erfara mening i livet krävs det att hon är medbestämmande. Antonovsky anser alltså att den hälsosamt friska människan är en autonom individ, en människa som godtar de åligganden som hon ställs inför samt tar ansvar för dem. (Tamm, 2012, ss. 205,207)

Peter Westlund och Arne Sjöberg (refererad i Tamm, 2012, s. 226) framhäver att den äldreomsorgsverksamhet som har utövats och som fortfarande utövas är att ta hand om människans primära behov vilket utgår ifrån Maslows teoretiska argument. Författarna är av den åsikten att denna omsorgsverksamhet är patogen; där man inriktar sig på de fysiska behoven, av den orsaken ser författarna att Maslows tänkesätt bör förkastas och istället bör man ha Antonovskys salutogenetiska modell som ideal inom äldreomsorg. Då omsorg utförs enligt denna modell är utgångsläget i verksamheten att ta i beaktande vad som är meningsfullt för den enskilde individen. Denna modell främjar de sociala synvinklarna och individers behov av gemenskap. Enligt författarna är grundprincipen att tillgodose de högre behoven först och inte som Maslow menar; till sist. Då man lägger huvudvikten på meningsfullhet betyder det att man bättre tar tillgodo de resurser som äldreomsorgen har och leder även till att arbetet för de anställda blir mer hanterbart.

Antonovsky betraktar människan som ett "öppet system", som oavbrutet influeras av sin närmiljö och med avseende på sin överlevnad bör erhålla en tjänlig förbindelse till den.

Stressorer för in obalans i systemet och systemet måste då eftersträva att återfå balansen. Stressorer kan vara genetiska, mikrobiologiska eller egna individuella livshändelser eller sjukdomar. Antonovskys salutogenetiska modell går ut på att utforska och beskriva de beståndsdelar som leder till att några individer hålls friska oavsett om de genomgått belastning och vedermödor. Enligt den salutogenetiska modellen fokuserar man på hur en individ kan lösa eller hantera sina livsproblem, man koncentrerar sig således på det som stödjer och hjälper hälsan jämfört med att ge all uppmärksamhet till de patologiska faktorerna. (Tamm, 2012, 205, 208)

I det salutogenetiska synsättet inriktar man sig på hälsans ursprung och man frågar sig då: Vad beror det på att individer oavsett påfrestning, överansträngning och sjukdomstillstånd likväl hålls vid god vigör? Eller: Hur förmår en organism bekämpa den oavbrutna faran för störningar och kaos? Antonovsky låter förstå att då en individ möter olika stressituationer resulterar en sådan stress till en spänningssituation som är tvungen att behandlas, om detta medför att utgången blir hälsa har människan kunnat hantera spänningen på ett effektivt sätt. Vidare påstår Antonovsky att det är med hjälp av att forma tillvaron som förståelig, som individen kan skydda sig emot kaos och kan frambringa ordning. (Tamm, 2012, s. 208)

Begreppet *KASAM*, *känsla av sammanhang*, är en modell som är skapt för att begripa hälsoproblematiken. För att kunna erhålla en känsla av sammanhang i livet krävs det att vi ska kunna tyda varierande situationer, m.a.o. vi måste förstå oss på situationen. För det andra måste vi ha en känsla av att vi kan bemästra situationerna samt känna att det är meningsfullt att anstränga sig för att bemästra dem. KASAM innehåller alltså tre beståndsdelar som är: *begriplighet*, *hanterbarhet* och *meningsfullhet*. (Tamm, 2012, s. 209)

Med begriplighet menar man i vilken omfattning en individ erfar påverkande inre och yttre faktorer som logiskt förståeliga. Information kan vara lättfattlig, systematisk och klargörande eller vara kaotisk såsom t.ex. obegriplig, plötslig, tillfällig och förvirrande. En individ som har en hög känsla av begriplighet har fått information som är strukturerad, följdriktig samt är klar och tydlig. Vidare bör informationen vara sådan att den har kunnat förutspås eller om inte annat, kunna klargöras. (Tamm, 2012, s. 210)

Hanterbarhet i sin tur står för den intensitet till hur en individ uppfattar att denne har resurser att kunna hantera de anspråk som olika situationer för med sig. Resurser gäller här individens personliga resurser, släktingar, vänner och närstående som resurser samt utomstående resurser såsom yrkespersoner eller Gud. En individ som har en känsla av ett

betydligt mått av hanterbarhet i stressande och påfrestande levnadsförhållanden, erfar då att hon själv kan inverka på utvecklingens gång och känner sig inte som ett offer för omständigheterna. Individen klarar då av att granska och bedöma problem och kan komma fram till olika tillvägagångssätt för att komma över sina mödor. Detta medför även till individen förstår att livet består av både goda och onda händelser utan att man behöver uppleva en känsla av att livet drabbat en orättvist. (Tamm, 2012, s. 210) Här kan man tänka sig att frivillig arbetare kan ha möjligheter att vara en resurs för en individ i att bättre kunna hantera olika problematiska livshändelser.

Den sista delkomponenten är meningsfullhet, vilken betyder att en person känner att livet har en mening samt att personen anser att minst ett fåtal av de händelser och omständigheter som hon kommer att stå inför i sitt liv, är så betydelsefulla att hon vill investera både kapacitet och ork på dessa. Då en individ erfar en hög grad av meningsfullhet leder detta till att när hon drabbas av besvärligheter upplever hon dessa som utmaningar istället för outhärdliga påfrestningar. En människa med en hög grad av meningsfullhet kan möta och acceptera olyckliga omständigheter med värdighet. Hon eftersträvar att hitta en mening även i mödosamma situationer emedan hon samtidigt gör en kraftansträngning för att komma igenom denna svåra period. (Tamm, 2012, ss. 210,211)

När de alla tre komponenterna i KASAM är lika låga eller har lika hög grad vållar de inga komplikationer, men då de ligger i obalans och är olika kan det uppstå problem. Om t.ex. en person har en hög grad av begriplighet, men låg hanterbarhet och meningsfullhet kommer personen inte att tycka att situationen är nog motiverande och kommer inte att satsa på att övervinna problemen. Eller då en person har hög grad av både hanterbarhet och begriplighet, men meningsfullheten är låg kan det resultera i att personen inte anser att situationen hon hamnat i är viktig nog, vilket i sin tur leder till att situationen med tiden även blir obegriplig för personen. Det är alltså graden av meningsfullhet som leder till hur man förfar med mödor och trångmål. Den viktigaste komponenten är alltså meningsfullhet och i händelser där de båda andra delkomponenterna varit låga (låg begriplighet och hanterbarhet), men meningsfullheten varit mycket hög, har individen erfart sin situation som svår att begripa, hon har inte heller vetat hur hon skall manövrera denna kaotiska och oöverskådliga omständighet. Men eftersom hon erfar en hög grad av meningsfullhet har hon en stor drivkraft i att söka efter resurser och har en stark uthållighet. Hon anstränger sig hårt för att lösa problemen – utan garantier och till varje pris. En individ som har hopp och som är i

stånd att uppleva mening, kan således omarbета sig i fråga om olika svåra händelser och har förmågan att acceptera dessa. (Tamm, 2012, s. 212)

Antonovsky anser att den näst viktigaste delkomponenten i KASAM är begriplighet. Genom begriplighet kan man även hitta tillvägagångssätt att lösa problem. Plötsliga och oväntade händelser som sjukdom och nöd, förefaller för de mesta obegripliga, men kan så småningom leda till förståelse. Delkomponenten hanterbarhet är även den viktig; om man är förvissad av att man inte klarar av att hantera en situation, har det ingen betydelse hur meningsfull eller begriplig situationen är. Individen känner sig då vanmäktig och värlös och det leder till slut att även känslan av meningsfullhet till sist avtar. (Tamm, 2012, s. 213)

10 Etik

Från ett etiskt perspektiv fungerar frivilligverksamhet och avlönat arbete mycket nära på varandra. Då båda uppmärksammar klientens fördel och växelverkans betydelse. (Etene, 2014) Människovärdet och respekten för människan ligger i grunden för social- och vårdbranschens verksamhet. Till det lämpar sig människans grundläggande rättigheter, mänskliga rättigheter, självbestämmanderätten och fria vilja. Eftersom kunden eller patienten har en fri vilja har hen rätt att självständigt ta beslut som berör personens eget liv eller hälsa. Vård eller annan slags service kräver personens samtycke och godkännande. Mänskliga rättigheter är lagstadgade och begränsningen av dem görs i första hand endast vid hotande situationer. Opartiskhet, jämställdhet, icke-diskriminering och skyddandet av människans integritet är även centrala delar av värdighet och principer relaterade till människovärdet och grundläggande rättigheter. (Sosiaali- ja terveystien perusta, 2011)

10.1 Etik inom frivilligverksamhet

Var och en är ansvarig för att etik uppfylls i alla situationer, även inom frivilligt arbete. Vad som sedan är etiskt avgörs i dagliga gärningar och ligger i allas ansvar. Det är vanligt att man arbetar för någon slags organisation om man utför frivilligt arbete, och då är det mycket viktigt att man följer organisationens principer. De olika riktlinjerna och reglerna kan vara likartade med Röda Korsets: De skall alltid värna om humaniteten, arbeta med dem som behöver hjälp och stöda för att förstärka deras resurser. De kommer inte med åsikter eller deltar i verksamhet som strider mot organisationens principer, samt att all hets, hat-tal och

våld motsätts. Det är meningen att de som utövar frivillig verksamhet respekterar, motiverar och inspirerar. Man skall respektera annorlunda människor och värderingar och tankar fastän de skiljer sig från de egna. Man skall även förhålla sig likvärdigt och jämställt till de som mottar frivillig verksamhet. Det är meningen att bygga upp en accepterande och motiverande växelverkan som baserar sig på ömsesidigt stöd. Man strävar till att det finns ett förtroende för organisationen och att den tillsammans byggs upp. (Röda Korset, 2013)

10.2 Självbestämmanderätt

”Rätt till självbestämmande: När du blir äldre och kan bli beroende av andra för stöd och omvårdnad, har du fortfarande samma rätt att göra dina egna livsval och rätt till respekt för din fria vilja. Denna rätt utsträcker sig till en lämplig tredje part utsedd av dig.” (Europeiska deklarationen, 2010, s. 8)

Lagen om klientens ställning och rättigheter inom socialvården (22.9.2000/812) (§8) säger följande:

”När socialvård lämnas skall i första hand klientens önskemål och åsikt beaktas och klientens självbestämmanderätt även i övrigt respekteras. Klienten skall ges möjlighet att delta i och påverka planeringen och genomförandet av de tjänster som tillhandahålls klienten. Detsamma gäller andra åtgärder som ansluter sig till den socialvård som ges klienten. Klientens sak skall behandlas och avgöras med hänsyn i första hand till klientens intresse.”

(§9) instämmer och gäller vid specialsituationer. Där står det: (Finlex, 2002)

”Om en myndig klient på grund av sjukdom eller nedsatt psykisk funktionsförmåga eller av någon annan motsvarande orsak inte kan delta i och påverka planeringen och genomförandet av de tjänster som tillhandahålls klienten eller de andra åtgärder som anknyter till den socialvård som ges klienten eller inte kan förstå föreslagna alternativa lösningar eller beslutens verkningar, skall klientens vilja utredas i samråd med klientens lagliga företrädare, en anhörig eller någon annan närstående.”

Till de som vårdar eller frivilligt hjälper äldre personer hör det till att stödja den äldre personens självbestämmanderätt. Ordet *autonomi* kommer från grekiskan och betyder självstyre, självbestämmande. Autonomi kan beskrivas på olika sätt och de olika definitionerna kan vara i konflikt med varandra. Filosofen Immanuel Kant ansåg att människans autonomi och självbestämmande fungerar som grunden för individens värde. ”Handla alltid så du betraktar människan i din egen person eller någon annans, som ett mål i sig och aldrig enbart som ett medel” detta ansåg Kant fastslog den enskilda människans absoluta värde. Han såg även individens självbestämmande som viktigare än vad samhället

var i behov av. Filosofen John Stuart Mill stred med Kants åsikter och tyckte att individens önskemål måste stå tillbaka för att så många människor som möjligt ska uppnå tillfredsställelse. Människan har en viss autonomi och skall respektera varandras rätt till självbestämmande, så länge det inte strider med andras rätt att bestämma över sig själv. Viktigt att komma ihåg är att människovärdig tillvaro kan variera mycket beroende på ålder och hälsa samt vad individen själv anser som människovärdigt. Alla har inte samma utgångspunkter och olika människor är nöjda med olika saker. (Hellström, 2005, ss. 8,9)

11 Arbetsprocess

För att få en omfattande kartläggning av den frivilliga verksamheten för äldre i Svenskfinland kontaktade vi seniorrådgivare. Eftersom det ändå inte var möjligt att få omfattande information om det existerande utbudet av frivilligt arbete hos seniorrådgivarna, kontaktades även koordinators för frivilligt arbete och verksamhetsställen för frivilligt arbete, samt även datainsamling från internet. För att få fram de svenskspråkiga äldres (65+) önskemål om behov av frivilligverksamhet använde vi oss av den kvalitativa datainsamlingsmetoden fokusgruppsintervjuer och intervjuade medlemmar från Svenska pensionärsföreningen. För att få ett annat perspektiv på behov och önskemål gjorde vi intervjuer med församlingarnas diakoner.

12 Metodbeskrivning

I vårt examensarbete har vi använt oss av kvalitativa metoder: strukturerade telefonintervjuer med låg grad av standardisering samt fokusgruppintervjuer. För att göra en kartläggning av utbudet av frivilligt arbete har vi samlat in data genom att ringa seniorrådgivare, koordinators för frivilligt arbete och verksamhetsställen för frivilligt arbete, på samtliga orter som gäller vårt examensarbete, samt samlat in information på internet. För att vetenskapligt analysera data vi samlat, genom att återge tal i skrift, använder vi oss av innehållsanalys.

Urvalet för våra intervjuer är personer som är medlemmar inom svenska pensionärsföreningen inom de orter vi undersöker, och för att få en annan synvinkel på våra frågeställningar har vi intervjuat diakoner på samtliga orter, för att få fram ett eventuellt dolt behov. Vi har avgränsat vårt examensarbete till att gälla frivilligverksamhet som gäller

personer som är 65+, vi har inte tagit med frivilligverksamhet inom patientföreningar eller kamrattstödsgrupper, som ju även de har mycket verksamhet för äldre personer.

Kvalitativa metoder kan karakteriseras av att forskaren har ett inifrånperspektiv, jämfört med kvantitativ forskning där forskaren möjligen inte har någon kontakt med informanten. I den kvalitativa metoden finns det alltså en jag-du förbindelse mellan intervjuaren och informanten. Forskningen uppstår succesivt, och fenomenet uppdagas och förtydligas så småningom. Målsättningen med en kvalitativ intervju är bl.a. att observera och urskilja intervjupersonens åsikt, eller uppfattning om någon händelse eller fenomen, där resultaten går på djupet. (Patel & Davidson, 2011, s. 82) och (Olsson & Sörensen, 2011, ss. 18,19)

Till våra intervjuer med församlingarnas diakoner har vi valt strukturerade intervjuer med låg grad av standardisering, vilket innebär att det uppgörs en förteckning över frågor, intervjupersonen har ändå stort utrymme att framställa sin egen uppfattning. Detta i sin tur medför att man inte på förhand kan utforma valmöjligheter för svar eller fastställa vad som är det korrekta svaret. (Patel & Davidson, 2011, ss. 82,84) För att få fram äldres (65+) önskemål och behov gällande frivilligverksamhet inom samtliga orter som vi har utvalt i Svenskfinland, har vi använt oss av den kvalitativa datainsamlingsmetoden fokusgruppsintervjuer, att utföra med medlemmar inom Svenska pensionärsföreningen.

Fokusgruppintervjuer är en gruppintervju, där man värvat deltagare (6 - 12 personer) för att samtala om ett eller flera teman. Fokusgruppintervjuer har använts mycket inom marknadsforskning, men har även i synnerhet under de tjugo senaste åren använts av samhällsforskare. Fokusgruppintervju kan vara en gynnsam metod för att frambringa data då man får information från många informanter på en gång och jämsides kan rikta diskussionen mot ett visst ämne. I fokusgruppintervjuer är det själva interaktionen och grupp dynamiken, som används till att frambringa data. Metoden kan uppfattas mindre oangenäm än då personer intervjuas individuellt i t.ex. sådana förhållanden där synpunkter, föreställningar eller idéer dryftas. Då en större mängd intervjudeltagare samlas på en gång ger det en känsla av trygghet till gruppmedlemmarna och kan framkalla mer frimodiga svar. Med hjälp av att interaktionen ökar aktiviteten mellan deltagarna, blir diskussionen mer djupgående och man får även fram flera synpunkter av deras erfarenheter. (Tjora, 2012, s. 95) (David & Sutton, 2016, s. 124)

I en fokusgruppintervju kallas personen som intervjuar för moderator. Moderatoren har en mer egenartad roll än den i en individuell kvalitativ intervju. Moderatoren har en tämligen

diskret roll, men ändå en verksam roll, m.a.o. ett lågt engagemang för att istället låta gruppmedlemmarna föra diskussionen med varandra. Moderatorns viktigaste uppgifter är att åstadkomma sådana omständigheter att intervjudeltagarna börjar samtala med varandra och att kunna förfara med gruppdynamiken; att t.ex. få deltagarna att tilltala varandra, att ge synpunkter på varandras yttranden, att utfråga varandra och argumentera. Som moderator måste man godta varierande slag av interaktion, för om deltagarna inte får interagera som de är vana att göra kan det leda till att de inte börjar samtala med varandra. (Halkier, 2010, ss. 46, 47, 49). Det är ändå viktigt med några riktlinjer till deltagarna, med tanke på konfidentialitet, gruppmedlemmarnas trygghet att våga säga sina synpunkter samt för att samtalen skall kunna bandas in (David & Sutton, 2016, s. 129) (Se bilaga 4. Fokusgruppintervjuer)

Nackdelar med fokusgruppintervjuer kan vara dominerande personer, som kan leda till att andra gruppmedlemmar inte kommer till tals eller endast håller med om det som sägs, då kan det vara nödvändigt av moderatorn att ingripa. I fråga om mer tystlåtna personer kan man ställa en direkt fråga till dem, som att om det finns ytterligare åsikter om ämnet. (David & Sutton, 2016, s. 125) (Halkier, 2010, s. 48)

Innehållsanalys görs för att vetenskapligt kunna analysera det transkriberade materialet. Eftersom vi lagt fokus på innehållet i det som sagts i fokusgruppintervjuerna, har vi inte beaktat de sociala formerna i interaktionerna under intervjuerna. Vi har gjort en systematisk analys av våra intervjuer, vilket innebär att vi transkriberat det inspelade materialet, därefter har vi kodat, kategoriserat samt fått fram begreppsbyggnaden. I kodning för man samman det transkriberade datamaterialet med hjälp av att ge ett huvudämne åt varje del som tillhör samma innebörd. Vid kategorisering görs en vidare förtätning av det insamlade datamaterialet där ett flertal koder förenas under en indelningsgrupp. Kategorisering kan även innebära att de första mer allmänna koderna utökas eller åtskiljs i mer detaljerade kategorier. (Halkier, 2010, ss. 68-73) och (Olsson & Sörensen, 2011, s. 210)

Kategorierna kan formas med utgångspunkt i intervjudeltagarnas egna beskrivningar samt sammansättning av koder eller framställas genom forskarens tillförda begreppskategorier, även en blandning av dessa två kan förekomma. (Halkier, 2010, s. 73)

13 Forskningsetik

I fokusgruppintervjuer är en etisk fråga den om konfidentialitet, i synnerhet då det gäller ämnen av känslig natur, och kan ha till följd att inte få ett grundligt yttrande av gruppmedlemmarna och därför bidrar till en lägre djupvaliditet i det införskaffade datamaterialet. (David & Sutton, 2016, s. 125) Enligt Forskningsetiska delegationens etiska principer, ska medverkandet i forskning vara frivilligt och bör grunda sig på information i tillräcklig utsträckning, därför har vi utfört ett Informationsbrev (se bilaga 2. Informationsbrev) som alla intervjudeltagare får ta del av samt gjort upp en Intervjuguide där vi gruppmedlemmar som arbetar med vårt examensarbete, följer anvisningarna i guiden och där vi även ger mer information om vårt examensarbete, hur vi utför det, om anonymitet, och hur materialet kommer att användas.

Individen som deltar i forskningen kan ge sitt tillstånd till att medverka genom skriftligt eller muntligt medgivande eller så att personens beteende återger ett medgivande att delta i forskningen. Individen som ingår i forskningen kan när hon vill upphöra att delta i forskningen. (Forskningsetiska delegationens etiska principer)

14 Resultat

Vi redovisar här för resultaten i fokusgruppintervjuerna från städerna Borgå, Pargas och i Åbo. I Raseborg fick vi inte ihop en grupp för intervju, därför fattas innehållsanalysen från den orten.

14.1 Borgå

Denna innehållsanalys svarar på frågan:

Vilka önskemål och behov finns det för det frivilliga arbetet?

Tabell 1. Önskemål och behov i Borgå

KODNING	KATEGORI	MENINGSSTRUKTURER
Social samvaro/ Delaktighet	Väntjänstverksamhet Det finns ensamma personer	"församlingen har en väntjänstgrupp, men som jag känner till skulle det behövas mer av dem"

	<p>Personligt bemötande</p> <p>Pensionärsföreningens samkväm</p> <p>Att få prata/någon som lyssnar/sällskap</p>	<p>"så länge man klarar sig riktigt bra så vill man inte medge att /.../ kanske jag skulle behöva lite sällskap eller så"</p> <p>"men vad gör vi med alla de ensamma människor som sitter ensamma hemma dagarna i ända? Alltså det är ju dit vi måste få någonting, för de andra klarar sig. Alla har inte hemservice mera, de drar bara ner och ner. Snart har vi bara en tv-ruta, kamera och vad då, och mat som vi själva ska värma. Alltså det här går inte, det bara går inte. Det är så skrämmande om jag måste sitta hemma ensam i min lokal med de här attiraljerna så blir jag nog tokig och sen när de då talar med en, är det något nytt nu att de talar via skärmen?"</p> <p>"/.../ för många som kommer hit (i fråga om pensionärsföreningens samkväm) är det en höjdpunkt och jag har hört att de första är här lite över elva och det börjar halv ett"</p> <p>"den sociala samvaron är nog den bästa för 65 plussare"</p> <p>"vi blir uppringda av folk som inte orkar komma på våra möten (frivillig förening). Förra veckan var vi till en tant som är ålderstigen och hon är väldigt "up to date", men vi vill inte slippa därifrån. För den stunden, eller jag talar om flera timmar, vi satt där och hon berättade hela sin livscirkel, där satt vi i två timmar och lyssnade och pratade"</p> <p>"jag har fört biblioteksböcker hem till folk, men de ville prata som du sa (syftade på det tidigare citatet), de ville prata och berätta det som de mindes. Det är viktigt att man går hem och pratar, de behöver inte något annat än prata"</p>
--	---	--

Aktiviteter	<p>Frivilliga sångartister</p> <p>Barngrupper från daghem</p> <p>Pensionärsföreningens aktiviteter/samkväm</p>	<p>"min mamma bor på vårdhem och där har de frivilliga sångartister som kommer dit och sjunga, sen har de barngrupper från lekis, de är där och leka med dem. De kan kasta ballonger och kastar bollar till varandra, det är jätteroligt. De barnen tycker om det. Gamlingarna har alzheimer många och är inte så där hemskt aktiva, de sparkar bollarna, men gamlingarna är glada därför att ballongerna är väldigt färggranna, så det tycker de om. Det är sådana här små saker, det är inte så mycket, men det är mycket för dem när de sitter där ensamma"</p> <p>"frivilligt arbete är det ju som sker här varannan torsdag och hela gänget inom pensionärsföreningen (som håller frivilligaktiviteter) och för många ...så för många som kommer hit är det en höjdpunkt..."</p>
Hjälp i hemmet	Hjälp med lite av varje	<p>"/.../ det finns ensamma i hemmen och där man skulle behöva hjälp med lite av varje, så den typen av verksamhet tror jag att det finns ett stort behov av"</p> <p>"jag har en som är över 90 år som jag går hos och jag frågar att behöver hon hjälp i hemmet, men då säger hon nej ... det är väldigt svårt det här, att hur ska man bemöta de här, man vill ju respektera deras integritet också och så är det deras självbestämmanderätt, men hur hänsynsfull ska man vara?"</p> <p>"bor du hemma i ett hus, då vill du ju ha allt du ska ha, gräsklippning ... och det är mycket"</p>

		"om du vill bo kvar i ditt hus behöver du ju allt. Du ska ha städning, snöröjning, då är det mycket"
Kartläggning över behov/ Rådgivning	<p>Vad behöver människor?</p> <p>Rådgivning över myndigheternas tjänster för äldre</p> <p>Rådgivning över det frivilliga arbetets tjänster</p> <p>Samarbete mellan myndigheter och tredje sektorn</p> <p>Uppsökande arbete</p>	<p>"...oberoende av frivilliga eller inte, vad behöver människor? Men de kan sedan rekommendera allt möjligt (frivillig arbetaren)"</p> <p>"...men vad är det för en länk sedan t.ex. till socialen?" (syftade på det tidigare citatet)</p> <p>"det är just det som är frågan, där det haltar (syftade på de tidigare citaten), att det finns ett glapp mellan frivilliga och de ansvariga myndigheterna. Att det skulle behöva utvecklas någonting däremellan"</p> <p>"..när man pratar med äldre personer, inte vet de själva heller vad de behöver. Så är väl också det att en äldre generation är så vana att klara sig själva att de försöker så länge det bara går. Det tar på deras självkänsla att säga: att nu skulle jag nog behöva hjälp"</p> <p>"det skulle måsta finnas ett program om alla (frivillig-) föreningar, att vad är de villiga att göra.. Man skulle kunna fråga alla föreningar, vad är de villiga att göra och hur ofta. Det måste kartläggas precis, när går de dit och datum, allt ska vara klart"</p>
Tillgänglighet	Åtkomlighet/fysisk plats	<p>"då när mamma var hemma sa de att hon skulle komma till någon slags dagverksamhet, men hon ville inte, hon tyckte det var besvärligt. Hon skulle då åka med bil, hon kunde inte gå. Nej det gick inte, det var för besvärligt för henne. De (de äldre) vill ha det där på stället helst, nära, så de kan gå dit"</p> <p>"det är några fruntimmer som säger att de kommer inte på torsdag (frivillig aktivitet) för att det är reserverade platser. Därför vill</p>

		<p>de inte komma för att det är reserverade bord, de får ingen plats. De säger (personer som reserverat bord i förväg för andra): att jag har reserverat här för fyra personer"</p> <p>"vi gör hembesök till människor som inte orkar komma hit till månadsträffen vi har (frivillig verksamhet). Alla har inte möjlighet eller ork kanske. Vi besöker också servicehem"</p>
Tillgång till information	Lätt tillgänglighet till information	<p>"om man vet vart man söker, så är det ju inte svårt. Men då måste du ju veta varifrån du söker" (information över frivilligarbetets tjänster)</p> <p>"det borde finnas färdiga listor att vart finns det frivilliga"</p> <p>"färdiga listor med vad har ni (frivilliga arbetets tjänster), jag behöver det och det. Det ska vara klart och tydligt. För en gammal mänska som nu vi alla är, inte orkar vi med sånt. Inte orkar jag åtminstone ta reda på sånt"</p> <p>"stadens sidor (på nätet) att gå igenom de, då ska du vara professor för att få reda på det" (syftade på att söka fram information)</p> <p>"det är ett problem som kommer in här, att alla sitter inte heller vid datorn och så kommer det hänvisningar att gå och titta på de här sidorna och så klarar man det inte" (syftar på föregående citat)</p> <p>"många har inte dator heller" (syftar på de föregående citaten)</p>

		"man borde kartlägga vilka föreningar som eventuellt idkar något som helst frivilligt arbete, att när äldre människor eller vilka människor som helst, går dit och frågar "vart kan man få synskadehjälp eller hörselskadehjälp, eller vilken annan hjälp som helst, så de skulle kunna ha det till pappers, och slå framför näsan på den personen och säga att här kan ni söka, ring upp den och den föreningen"
Miljö	Ändamålsenliga utrymmen	"staden har utrymmen (bl.a. för frivillig verksamhet), som det är för kallt i (att vistas i)" "...det var en grupp som var i de utrymmen (syftar på föregående citat) och de säger att de måste ha ytterkläderna på när de sitter där"

Social samvaro och delaktighet var de största behoven och önskemålen som kom fram i fokusgruppintervjun. Detta behov kan man tolka som tillfredsställt hos de aktiva äldre i Borgå enligt fokusgruppintervjun, där de äldre personerna deltog i t.ex. pensionärsföreningens egna frivilligaktiviteter. Föreningens samkväm ses bl.a. som en höjdpunkt i tillvaron. Ortens svenskspråkiga pensionärsförening har ett digert utbud av aktiviteter som leds av pensionärsmedlemmarna själva, därtill finns det ett betydande utbud av andra frivilligaktiviteter att delta i. Hälften av de intervjuade personerna var själva aktiva utövare av frivilligt arbete, de övriga hade hållit på med frivilligt arbete tidigare i livet.

På samma ort sågs däremot behovet och utbudet av t.ex. väntjänst inte som tillfredsställande; det ansågs att det inte finns tillräckligt med frivilliga arbetare inom väntjänst för alla människor som är i behov av dessa tjänster. För äldre personer som inte kan ta sig till eller inte har ork till olika aktiviteter efterfrågades någon som t.ex. har tid att samtala hemma hos den äldre. Det sågs som mycket betydelsefullt att äldre får prata, detta hade flera av intervjuemedlemmarna erfarenhet av (då de kommit i kontakt med äldre då de utövat frivilligt arbete), även att kontakten till de äldre skulle vara ett personligt fysiskt besök - inte genom

en datorskärm. Gällande frivilligaktiviteter för äldre med minnessjukdomar önskades bl.a. "små" frivilliga insatser och för att citera en intervjumedlem "...det är sådana här små saker, det är inte så mycket, men det är mycket för dem när de sitter där ensamma".

Andra önskemål och stort behov av det frivilliga arbetet var att få mera information om både det frivilliga arbetets tjänster som myndigheternas tjänster för äldre personer. Även utredning över vad äldre personer behöver var ett önskemål. Intervjupersonerna var av den åsikten att flera äldre individer inte själva vet vad de kan ha behov av och eftersom de inte vet hurdan hjälp de kan få, har de svårt för att kunna be om denna hjälp.

Det framkom även i intervjun att alla inte klarar av att söka fram information på internet eller ens har tillgång till en dator, därför vill man helst ha information i pappersform, lätt tillgängligt och så klart och tydligt som möjligt. Även hjälp med lite av allt i hemmet eftersöktes och t.ex. om man skall kunna bo i ett egnahemshus i högre ålder önskades hjälp med allt från gräsklippning till städning.

Tillgänglighet sågs som önskemål, det gällde då åtkomligheten till frivilligverksamhet. Det var viktigt att lätt kunna ta sig till den fysiska platsen. Men även tillgång till en sittplats vid en frivilligaktivitet efterfrågades. Om det finns personer som reserverar bord och sittplatser långt i förväg, känner sig individer ovälkomna till dessa evenemang, vilket var en orsak till att några äldre inte ville delta i frivilligaktiviteter. Därtill önskades att miljön där frivilligverksamhet utövades skulle vara ändamålsenlig, detta gällde utrymmen som det hade varit kallt att vistas i.

På frågan om intervjumedlemmarna anser att utbudet av det frivilliga arbetet är tillräckligt, var svaren: "Nej, det är inte tillräckligt. Det måste man jobba på och i synnerhet för dom här ensamma människorna. Men hur ska man göra det, det är jättesvårt. Man kan ju inte gå in till folk med våld...". De jakande svaren gällde i första hand pensionärsföreningens egna utbud av frivilligt arbete: "vår pensionärsförening har så mycket program för oss, bara vi skulle orka gå på allt", "vi kanske har lite för mycket (program) också", "allt det här programmet (som skall komma senare), det var nog så mycket program, ho ho, hur ska man hinna med allt?" och "räcker det folk till allt (program)?".

På frågan om intervjumedlemmarna tyckte att tröskeln för att be om frivilligarbetets tjänster är för hög, var svaren: "Om man vet vart man söker, så är det ju inte svårt. Men då måste du ju veta vart du söker", "om du går till seniorrådgivare och dom inte vet, så då är det ju svårt. Dom borde ha färdiga listor att vart finns det frivilliga", "...en äldre generation

är så vana att klara sig själva att de försöker så länge det bara går. Det tar på deras självkänsla att säga att nu skulle jag nog behöva...(hjälp)", "det är någon annan som måste göra det för en, själv gör man inte det" (syftade på föregående citat) och "...därför borde det finnas den sociala sidan och komma där och ha det som sitt ansvarsområde på något sätt, om det inte finns anhöriga som gör det" (syftade på föregående citat).

14.2 Pargas

Denna innehållsanalys svarar på frågan:

Vilka önskemål och behov finns det för det frivilliga arbetet?

Tabell 2. Önskemål och behov i Pargas.

KODNING	KATEGORI	MENINGSSTRUKTURER
Social samvaro/ Delaktighet	Ensamma personer	"alla behöver behövas"
	Att umgås med människor	<p>"/.../ hemhjälpen går ju hem till dem (ensamma) och vet var de finns men människorna skulle ha behov av mycket annat"</p> <p>"det finns inget samarbete (mellan kommunen och tredje sektorn) för att hitta de ensamma personerna"</p> <p>"när man inte kan röra sig mer så är det lätt att ingen mer besöker en, man glöms väl bort fastän man varit vän med många och haft flera bekanta"</p> <p>"hjälpen borde komma utifrån, inte vill man ju själv besvara nån eller så har man inte kraft och energi för att göra det"</p> <p>"TV:n gör en isolerad, men kan även vara tröst och underhållning"</p>

		<p>"det fanns en städerska på en anstalt i tiderna som brukade koka kaffe till personerna och umgås med dom"</p> <p>"jag själv har spelat kort varje vecka med ett par äldre damer /.../ de var pigga ända till sina dödsdagar, säkert endast på grund av det här kortspelandet, haha"</p> <p>"min mamma /.../ besökte vissa personer och umgick med dom"</p> <p>"seniorstugan har haft frivilliga som kokar kaffe, vem som helst av de äldre får komma dit dagligen"</p>
Aktiviteter	<p>Aktiviteter inom pensionärsföreningen</p> <p>Tredje sektorn</p> <p>Man passiveras lätt</p>	<p>"de som är aktiva vet om våra tiotals hobbygrupper men massa människor sitter hemma ensamma och gör inget."</p> <p>"finns ju inte resurser för allt"</p> <p>"ifall man som frivillig vill gå ut med en åldring från nån anstalt så kan de lätt gå så att vårdaren bara säger att "hon vill inte komma", om man frågar av en sån som blivit van med att bara sitta ensam i sin egen värld så kommer de ju naturligtvis inte. De bör pushas lite och säga att "nu går vi"</p> <p>"de som borde svara på det här är ju de som behöver hjälpen och de är ju inte här, det här e ju bara vad vi tror."</p>
Tillgång till information	Bättre samarbete mellan kommunen och tredje sektorn	"vi försökte få reda på var de ensamma är belägna men tystnadsplikten kom emot"

	<p>Att förbättra kommunikationen</p> <p>Information om frivilligt arbete som erbjuds</p> <p>Uppsökande arbete</p>	<p>"tystnadsplikten kan ju inte vara som förfång, då kan det inte vara rätt. Något borde göras."</p> <p>"jag önskar bättre samarbete mellan staden och tredje sektorn. /.../ det finns två staket mellan dessa och mellan dessa staket finns ingenmansland som ingen har ansvar för"</p> <p>"/.../ vi kunde skicka en motion till äldre rådet för att aktivera detta (kommunikationen)"</p> <p>"jag tänkte säga att jag faktiskt aldrig ens hört talas om de här formerna (frivilligverksamhet), är det kanske inte så allmänt?"</p>
Tillgänglighet	<p>Transport</p> <p>Tillgänglighet till information</p>	<p>"jag skulle vill berätta om min svärmor /.../ varje tisdag och onsdag kommer det en taxi till dörren som kör henne till olika saker (aktiviteter)"</p> <p>"var och hur man bor påverkar mycket på hur lätt man får hjälp"</p>
Hjälp i hemmet	<p>Hjälp med vardagssysslor</p> <p>Släktingar</p>	<p>"/.../ hur frisk får man vara, har man partner eller är man ensam. Man kan vara ganska dålig så länge man har en partner"</p> <p>"privathjälp finns det väl mycket av, att man till exempel hjälper grannen"</p> <p>"räknas hjälp för släktingar som frivilligt arbete? Haha"</p>

		"anhörigvårdarna är guldvärda, tummarna upp"
--	--	--

Inom denna fokusgruppintervju kom det fram att de största behoven och önskemålen hade att göra med delaktighet samt tillgång till information. Flera ansåg att det finns väldigt många ensamma äldre i sina hem, men att man inte kommer åt dem på grund av bland annat tystnadsplikten. Dessa ensamma äldre vill kanske inte heller besvara någon eller så har de inte kraft och energi till att be om hjälp, därför tyckte man att hjälpen bör komma utifrån. Den ensamma personen kanske skäms över sitt tillstånd (funktionsförhinder) och vill därför inte delta i olika aktiviteter. Delaktigheten sågs som viktigt, "alla behöver behövas".

Något samarbete mellan kommunen och tredje sektorn ansågs inte finnas eller så var det mycket litet. Bättre kommunikation mellan dessa önskades. Även transport till olika evenemang önskades för de äldre som annars inte själva kan ta sig ut fastän de skulle bo långtifrån centrum.

Intervjupersonerna tyckte att det fanns rikligt med aktiviteter/hobbygrupper men att många ändå sitter ensamma hemma och gör inget då de inte vet om dessa. En del av deltagarna ansåg att de som borde svara på frågan (gällande tillräcklighet av aktiviteter) inte är där, eftersom dessa personer är de som sitter ensamma hemma.

Lätt samt bra tillgång till information önskades. Det kom fram att många av intervjupersonerna visste väldigt mycket om de olika existerande frivilliga verksamheterna, men så fanns det även personer som inte ens hade hört talas om dessa. Det är alltså de som själva är aktiva som vet om tillgängligheten, och man ansåg att det är svårt att hitta information om olika aktiviteter om man inte själv är insatt.

Intervjupersonerna var själva mycket aktiva inom föreningsverksamhet och deltog i många evenemang, men var inte själva i behov av till exempel hemhjälp eller hjälp med olika praktiska saker. Det ansågs att så länge man bor med någon/har hjälpende anhöriga kan man vara i mycket dåligt skick men ändå klara sig på grund av den sociala samvaron.

På frågan om intervjuemedlemmarna anser om utbudet av det frivilliga arbetet är tillräckligt, var svaren: "Utbud finns det men utbudet och behoven möts inte. Kontakten är

problemet." Detta föregående citat var omtyckt och största delen berättade att de höll med om saken. Sedan framkom det att: "här kommer igen fram det att samarbete med den sociala sektorn inte finns. Skyller på sekretess och tystnadsplikt. Hemskt att människan blir utomstående på grund av det här", "jag fick för en vecka sen reda på vad de har på folkhälsan. De har till exempel grupper för minnes- och balansträning och olika jumppor. Inget av dessa visste jag om", "ja men ingen vet om sådant?", "... många bor ensamma och vet inte hur man får det (frivilliga tjänster), kanske inte förstår att de behöver det" och "ingen koordinerar så ingen vet behovet."

På frågan om intervju medlemmarna tyckte att tröskeln för att be om frivilligarbetets tjänster är för hög, var svaren: "Man tycker att det inte skulle finnas, men sen när man blir gammal kan de ju bli annat", "ja man kanske inte har kraft och energi då", "Funktionsnedsättning kan ju vara en stor sak om man till exempel hamnar i rullstol, man kanske skäms?", "vi yngre pensionärer kommer nog att ta emot all den hjälp som kan fås, haha." Här sågs delaktigheten som en viktig sak: "det att hela tiden vara mottagaren kan vara frustrerande, man vill ju också känna sig behövd", "ingen vill vara bara ett objekt som får" och "man vill inte besvära."

14.3 Åbo

Denna innehållsanalys svarar på frågan:

Vilka önskemål och behov finns det för det frivilliga arbetet?

Tabell 3. Önskemål och behov i Åbo.

KODNING	KATEGORI	MENINGSSTRUKTURER
Social samvaro	Att umgås med människor/få tala med någon Väntjänst verksamhet	"vi har ju de här grupperna som samtalscafé t.ex., och det är nog en social frivillig verksamhet, dit människor får komma och diskutera och det är då kanske människor som närmast då inte går ut och gå eller andra slags motions saker /.../ " "nog kan de ju hända att just nån, nån som kommer till ett hem, lite samlar de boenden där och kanske har en stund med musik eller sång eller högläsning eller någonting sånt men på eget initiativ så tror

		<p>jag inte desto mera, att hemskt många går där"</p> <p>"att för att det skulle bli positivt och såhär så borde det nog vara någon frivillig som skulle vara med där och pigga upp det hela och inte bara höra på det där att nu smakar maten dåligt, och nu är det regnigt ute och att det blir en såndän, leda in tankarna på något annat, och där tycker jag att volontären gör väldigt gott"</p> <p>"det tyckte jag var roligt där när jag fundera vad vi skall prata om, så var det en som sa där att allt annat som åt utanför väggarna, inte det som händer i huset"</p> <p>"det är väldigt roligt att där att gå på servicehemmet för att det där de upplever de som väldigt positivt /.../ det är sånt som de tycker om, som får bort tankarna från dithär negativa ööö (ljudeffekt)"</p> <p>"röda korset är aktiv inom vänverksamhet"</p>
Kommunikation	Svenska	<p>"roar hur mycket det egentligen fanns (syftar på frivilligt arbete) och hur mycket de kunde erbjuda frivilligt men allt var på finska"</p> <p>"mycket lite på svenska"</p> <p>"staden kan inte hålla en svensk avdelning, då när en plats blir ledig så fylls den"</p> <p>"vi har slutat gå där. Jag gick där också, men vi kunde inte prata svenska för de hade sådana som blev arga då när de va ju dementa och när vi prata svenska sen då, så va de inte bra"</p>

		"men om man då som svenskspråkig så att säga hamnar på ett sånt ställe då blir man ännu mer isolerad"
Aktiviteter	Pensionärsföreningen	"det finns en massa, när man ger briefing åt ett håll så får man nog så mycket erbjudanden, om man ställer upp som frivillig"
	Tredje sektorn	
	Privata sektorn	"men där har vi t.ex. en kör i pensionärsföreningen en så kallad fadderkör för servicehemmen /.../ en hemskt liten del men en slags av verksamhet"
	Närstående	
	Livssituation	<p>"röda korset är väldigt aktiv och de har mycket av frivilligarbete"</p> <p>"församlingen är en annan"</p> <p>"exempel på frivilligarbete som ges via röda korset är vänverksamhet, de går ut med någon äldre, klubbverksamhet, program och aktiviteter /.../ när man är aktiv och rör sig ute blir man ofta ombedd att ställa upp, och naturligtvis då man även själv söker de och vill vara aktiv"</p> <p>"på servicehemmet finns det mycket volontärverksamhet t.ex. pensionerade bibliotekarier som läser"</p> <p>"servicehemmet har väldigt mycket verksamhet, kanske t.o.m. lite för mycket"</p> <p>"det är inte lika aktivt på andra servicehem"</p>

		<p>"själv är jag väldigt aktiv /.../ anser att tiden vill inte riktigt räcka till"</p> <p>"om man tänker på sig själv liksom så tycker jag att det är mycket bättre för en själv mentalt att gå på ett servicehem, för när du stänger dörren så då kan du stänga av. Om du går liksom privat nånstans och hjälper så är det ju alltid det att du har mycket oftare så att den personen sen har kontakt hela tiden med dig om den råkar få ditt telefonnummer"</p> <p>"finns de som inte hör till någon organisation men själv går runt och tar hand om anhöriga eller vänner"</p> <p>"många av oss faktiskt har någon anhörig, bekant eller vän som behöver hjälp och det gör man ju sådär vanligen men man skulle kunna organisera det lite bättre, samordna saker och ting"</p> <p>"men dessutom tror jag nog att det är så också att där är nog de här största delarna av dem är dementa så de har nog fallit mera in i de här, det är rutiner från morgon till kväll och inte utbud av ett par tre gånger i året kanske. De sitter och sover vid bordet"</p>
Kartläggning över behov	Vad behöver människor?	<p>"vi kommer säkert ha behov av hjälp och av arbete. Men antagligen så är det då sådana behov som sen då kostar /.../ "</p> <p>" /.../ man kan ju också bli rörelsehindrad och bara sitta hemma, då är det ju trevligt att ha någon att prata med sen t.ex."</p> <p>" /.../ att komma ut, kunna gå på något evenemang som man varit van att gå på /.../ "</p>

		" /.../ att kunna delta fast man inte kan göra det utan hjälp"
Tillgång till information	<p>Ensamma personer</p> <p>Information om vad som finns</p>	<p>" /.../ fast man vet att det finns en massa ensamma människor som kanske skulle vill ha sällskap men man måste bara hitta dem. De finns inga kanaler för att söka"</p> <p>"det finns mycket ensamma människor på hem som inte riktigt vet eller kan be om hjälp, t.o.m. på servicehemmen. Sitter på sina rum och så går de och äter och så går de in på sitt rum och så går de och dricker kaffe och så går de in på sitt rum /.../ "</p> <p>"röda korset har en koordinator och föreningen är mångsidigast och är mest aktiv. De har bra hemsidor"</p> <p>"det som vi har på pensionärsklubben är att människor kan få information vida vår hemsida vad det ordnas"</p>
Miljö	Utrymmen	<p>" /.../ vi försöker få sköterskorna och samla dom här alla (svenskspråkiga) men det finns inte sådana utrymmen heller /.../ "</p> <p>" /.../ min svärmor bodde på åldringshem med väldigt trevliga allmänna utrymmen, det var vackert och det var fint och det var ombonat och det var omsorgsfullt, så jag tänkte att ja, sen när jag blir gammal och sitter här, då ska vi, då skall jag ordna med, då ska vi sitta här och diskutera men det gör man ju inte. Det är helt tomt"</p>
Tillgänglighet	<p>Transport</p> <p>Fysisk plats</p>	<p>"som volontär kör vi människor vid behov till ställen som t.ex. tandläkaren"</p> <p>"det är det jättestora skillnader faktiskt på (andel aktivitet), för att för det första så ligger många sådär geografiskt ganska o</p>

		<p>eller inte nu otillgängligt, men det är i alla fall en, ett litet påtag att ta sig dit"</p> <p>"jag tror att det är sådär lite på intimare ort att det är lättare eller det är naturligare att göra sånt (frivillig verksamhet) där. Jag vet inte varför det blir såhär i en stor stad /.../ det där att man känner varandra, det gör en viss skillnad"</p>
--	--	--

Det kom fram att deltagarna i intervjun vet om att det finns ensamma människor. En del har möjlighet att ta del av den frivilliga verksamheten men även en stor del blir utanför. Man vet inte hur man skall hitta de ensamma. De ansåg att det finns de som inte vågar ta kontakt men även de som inte vet var de skall ta kontakt. Som givare kan du inte heller hitta dem direkt, eftersom det inte finns någon kanal för att söka. Ibland kan det vara tystnadsplikten som är ett problem. De som gick runt på olika servicehem för att spendera tid med sådana som var ensamma eller för att hålla något evenemang ansåg att de gjorde en stor skillnad. Det var bra att någon utomstående kom in för att styra bort tankarna från det negativa och tala om något annat än det som var just framför en. Att gå runt hos olika människor gjorde de flesta hellre inom den tredje sektorn istället för på den privata sidan. Att vara aktiv inom den privata sektorn hade stundvis hämtat med problem eftersom det var vanligt att givarens telefonnummer hamnade i mottagarens händer och då ringde telefonen konstant. Inom den tredje sektorn ansåg de att man kunde "stänga dörren efter sig" då man lämnade platsen. Att sedan sköta om eller besöka närstående ansåg de flesta som något naturligt och det var också något som gott som alla gjorde eller hade gjort.

Svenskan ansågs vara ett problem. Informanterna kände enbart till ett servicehem där man kunde tala svenska. Detta var ett problem för dem som var villiga att ställa upp som frivilliga på svenska. De visste inte var annanstans det fanns svenskspråkiga och på de få avdelningarna de kände till, där det fanns någon enstaka kunde man inte tala svenska eftersom de som talade finska på samma avdelning såg det som något negativt. Även utbudet av all slags frivilligverksamhet var märkbart större på den finska sidan. Staden hade vid flera olika tillfällen försökt locka flera svenskspråkiga med utan att lyckas. Om man inte hittade något på sitt eget modersmål och kunde hantera finskan väl, så deltog människor lätt istället på den finska sidan.

Vid tal om behov och önskemål hade de svårt att säga ifall de ansåg att de mötte varandra eller inte. Samtidigt som de tyckte utbudet av den nuvarande frivilliga verksamheten var riklig och mångsidig tyckte de inte att det någonsin kan finnas tillräckligt, allra minst för mycket. Då det frågades om behov tyckte samtliga att det praktiska, hjälp i hemmet är det de kommer behöva i framtiden. De nämnde att det såklart gärna skulle ta del av frivilligverksamhet t.ex. vänverksamhet då de är äldre men lade mera tyngden på behov i form av vård. För de som var ensamma eller för andra som var intresserade av frivillig verksamhet rekommenderade de flesta att besöka Röda Korsets hemsidor. De hade enligt deltagarna det bästa utbudet och en koordinator som sköter om deras verksamhet. En koordinator som hade hel koll och skötte om Åbo som stad fanns inte.

Det var intressant att se hur aktiva intervjuemedlemmarna själva var inom olika föreningar och hur gärna de ställde upp på olika evenemang frivilligt. Ibland ansåg de t.o.m. att tiden inte riktigt ville räcka till, det fanns för mycket saker var de kunde ställa upp, och det ville de flesta göra så gärna. De ansåg även själva att de ännu var i en relativt ung ålder och att de hade mycket att ge åt andra. De fanns inte behov för att ta emot praktisk hjälp som transport från ett ställe till ett annat, eller skötsel av t.ex. hemmet. Alla var med inom frivilligarbete med att antingen ge eller själva delta i olika evenemang som lockade. Vård i hemmet var inte aktuellt för någon ännu i denna livssituation de befann sig i.

På frågan om intervjuemedlemmarna anser om utbudet av det frivilliga arbetet är tillräckligt, var svaren: "Joo.", "det är nog det, för att om man bara vill så finns det", "det gäller att hitta det", "... det där riktigt tillräckligt tror jag aldrig man kan säga, att joo det är alldeles för mycket, utan nu finns det plats för mera.", " ... kanske plats för så olika verksamhet som möjligt ... man kanske borde tänka utanför det här, outside the box på något vis ..."

På frågan om intervjuemedlemmarna tyckte att tröskeln för att be om frivilligarbetets tjänster är för hög, var svaren: "För många", "det är nog säkert mycket individuellt", "alltså dom som allra bäst skulle behöva de så dom är ofta den typen som är lite blyga kanske", "... det är hemskt mycket människor som skyggar för det där att ta kontakt...", "de är lite motvilliga delvis också, och tröga i början då. Det är lite trösklar att komma över först. Sen är de ju lite som man tidigare nämnt att man är mycket nöjd, då man kommit in i systemet", "... och det där då man kommer till den punkten som man inte klarar sig själv så känns de kanske, jag vet inte vad jag skall använda för ord, genant eller någonting, att plötsligt vara tvungen att be om hjälp", "... man kanske känner att man förlorar en del av sin

självständighet", "man känner att man på något vis förlorar sitt eget liv för det blir så mycket andra främmande människor runt omkring sig", "själva skall vi klara oss, för jag tror inte sådana som varit socialt aktiva och haft mycket vänner och bekanta och varit aktiv i förening, så är mycket lättare att be om hjälp", "nu är vi finnar lite sådana att vi vill göra själva"

14.4 Intervju med diakoner

Vi gjorde strukturerade telefonintervjuer med diakoner på orterna Borgå, Pargas, Raseborg och i Åbo för att få fram behoven av frivilligarbete. Resultaten sammanställdes med hjälp av en innehållsanalys av intervju svaren. Vi har valt att göra en gemensam innehållsanalys med diakonernas intervjuer, och tar i beaktande konfidentialiteten samt anonymiteten hos dem.

Denna innehållsanalys svarar på frågan:

Vilka behov finns det för det frivilliga arbetet?:

Tabell 4. Behov för frivilligt arbete.

KODNING	KATEGORI	MENINGSSTRUKTURER
Praktiskt utförande av tjänster	Praktiska saker	<p>"Skulle kanske behövas mera män. Vet du om det skulle finnas någon grupp som skulle kunna skickas och göra praktiska saker som till exempel lampbytande."</p> <p>"Behövs hjälp med praktiska saker, som skjuts till läkaren eller andra ställen, eller andra ärenden som att gå till butiken etc."</p> <p>"Mest praktisk hjälp och tid (behövs). Någon som kan ge av sin tid."</p> <p>"Vi har behov av frivilliga till alla våra olika verksamhetsformer som jag berättade om". (Bl.a. matbanken, besökstjänsten)</p>
Väntjänst	Långvariga väntjänster	<p>"Det största behovet är församlingens långvariga väntjänster. Det finns stort behov av väntjänst"</p>

		<p>"Vänverksamheten är något som fungerar bäst som ett flera års långt projekt, och då samma person alltid är med. Den kontinuiteten finns inte."</p> <p>"Finns behov av människor som går ut med andra och gör saker, men ofta behöver de bil, men det är ett för stort ansvar."</p> <p>"Finns behov av frivilliga till besökstjänsten där erbjuds promenader, tidningsläsning eller annan sysselsättning med de äldre som bor hemma el. på äldreboenden."</p>
Social samvaro/ Delaktighet	<p>Ensamhet</p> <p>Sällskap</p>	<p>"Ensamheten är ett stort problem, de behöver sällskap."</p> <p>"Ensamma människor behöver sällskap"</p>
Uppsökande arbete	Hur hitta de ensamma	<p>"Sorgegrupper (för dem som mistat sin man/hustru) kanske kan hjälpa med fortsatt kontakt för dem som behöver det."</p> <p>"Det är jättesvårt. Det har gjorts uttryck från församlingen /.../ var man försöker få fram den äldres mående och se om det finns behov, hitta de ensamma, men med hemskt lite svar. Människor vill inte eller vågar inte begära om hjälp."</p> <p>"T.ex. via hemvården som sköter om många äldre i sina hem."</p>
Tillgänglighet	Transport	"Bil-saken! De att dom (mottagaren av frivilliga arbetet) bor långt borta och kommer inte själv ut, utan bil är det svårt att komma åt dem."

Diakonernas svar på frågan om hur de uppfattar att det frivilliga arbetet för svenskspråkiga 65+ på den ort de själva verkar är:

"Det finns mycket frivilligt arbete och mångsidigt. Det frivilliga arbetet har ökat under de senaste tio åren. Den svenskspråkiga pensionärsföreningen är aktiv och de tar själva ansvar för det frivilliga arbetet"

"Det största behovet är församlingens långvariga väntjänster. Det finns stort behov av väntjänst"

"Frivilligt arbete har svårt och överleva för tillfället. Det finns inget långtids engagemang, vilket fungerar bäst."

"Bra. Det finns många olika möjligheter."

På frågan om diakonerna anser att det finns ett dolt behov av det frivilliga arbetets tjänster och hur man kunde nå de människor som eventuellt innefattar det, svarade de så här:

"Ja, det finns ett dolt behov"

"... den äldre generationen är försiktig för att be om hjälp."

"Via hemvården. Diakonin tipsar också hemvården."

"Ja, det finns dolt behov. Finns många som inte tar kontakt av en orsak eller annan."

"Vi vet om att det finns ett dolt behov av hjälp gällande praktiska behov, men hur mycket och hur stort är okänt."

"Det finns det säkert. T.ex. ensamma äldre, minnessjuka människor, människor med mentala problem osv."

På frågan om vilka fördelar och nackdelar det kan finnas med ett ökande behov av frivilligt arbete, svarade diakonerna:

"Fördelar är att få en meningsfull sysselsättning. Dagens människor ställer gärna upp, det finns många som just gått i pension och som har behov av och vill göra något meningsfullt. Det gäller att hitta dessa människor och att uppmuntra dem att börja med frivilligt arbete."

"Nackdel kan vara att hur mycket drar sig samhället sig ur"

"Det finns fördelar för dem som engagerar sig, de får något meningsfullt i sitt liv och det har en positiv påverkan på hälsan."

"Nackdelen är bl.a. att kontinuiteten inte är garanterad. Man kan ej lova något."

"Fördelar med ökat behov är att människor har flera möjligheter att hjälpa. Det finns saker att göra och praktiska saker att göra."

"Nackdelar gällande det ökade behovet är i alla fall om tjänster inte finns, stora åldersgrupper är ju på kommande till dessa år."

"En nackdel är att det är svårt att räkna till"

"Nackdel att det finns kanske inte tillräckligt med vilja för att hjälpa, skulle kunna finnas mycket mer."

"Nackdel gällande ensamman åldringar i hemmet finns det ett ökat behov som inte blir bemött."

"Fördelarna är att frivilligarbete möjliggör olika verksamhetsformer för människor som vill göra något betydelsefullt i sitt liv efter att de blir pensionerade."

"Till nackdelarna hör att vi inte har tillräckligt med frivilliga att bjuda ut till de behövande. Frivilligt arbete är frivilligt och vi kan inte belasta för mycket heller de som redan deltar till olika frivillig verksamhetsformer."

14.5 Diskussion kring fokusgruppintervjuer

Resultatet av undersökningen var att utbudet av det frivilliga arbetet varierar stort från ort till ort. Önskemålen kring det frivilliga arbetet på samtliga orter ligger i första hand på den sociala samvaron och delaktigheten, men även andra önskemål såsom rådgivning och kartläggning över vad äldre personer har för behov av och kan få av det frivilliga arbetet och myndigheternas tjänster var stort. Många äldre saknar en ordentlig rådgivning angående frivilliga verksamheter. De äldre ansåg att rådgivningen var bristfällig och att man själv måste ta reda på och söka upp information vilket är svårt då man eventuellt inte har en dator eller tillgång till internet.

Något slag av uppsökande arbete önskades; både för att få tag på ensamman äldre människor, men även för att kunna utarbeta en serviceplan för den äldre där även det frivilliga arbetets insatser kunde beaktas.

Övriga önskemål som kom fram på samtliga orter vi undersökte var lätt tillgänglighet till information om t.ex. utbudet av det frivilliga arbetet och tillgänglighet i form av fysisk plats, såsom t.ex. transport till frivilligaktiviteter eller att den frivilliga verksamheten kunde hållas där som mottagaren av det frivilliga arbetet finns. Även hjälp med praktiskt utförande i det egna hemmet hörde till önskemålen.

Datainsamlingsmetoden fokusgruppintervjuer var ett fördelaktigt sätt att samla in information på, då interaktionen mellan intervjudeltagarna var "effektiv" och flöt på utan ansträngning. Intervjumedlemmarna gav även varandra råd och tips, som de kan ha nytta av i framtiden. I fokusgruppintervjuerna kom det fram att behovet av det frivilliga arbetet är väldigt olika, många pensionärer är mycket aktiva och i motsats till dem ansågs det att det finns ett dolt behov av frivilligt arbete, där det finns personer som är ensamma och möjligen inte har möjlighet eller har det svårt att komma bort hemifrån till olika frivilligaktiviteter. Det kan även vara svårt för en äldre person att be om hjälp, då man varit van att klara sig själva och det efterfrågades att en utomstående person borde kartlägga den äldres behov och söka hjälp till denne.

14.6 Diskussion kring intervjuer med diakoner

Det som kom fram i våra intervjuer med diakonerna på samtliga orter var att det största behovet ligger på väntjänst-verksamhet, och då i synnerhet långvariga kontakter. Det kunde konstateras att ensamhet är ett stort problem i samhället idag. Även hjälp med praktiska bestyr i hemmet hörde till behoven. Det framkom vid en intervju att det kan vara svårt för en äldre person att erkänna att man är ensam och vill ha hjälp med det.

Även tillgänglighet sågs i en intervju som ett stort problem, eftersom många av personerna som är ensamma eller i behov av någon slags hjälp bor för långt borta, frivilligarbetarna kommer alltså inte lika lätt åt dem fastän de skulle vilja det. Därtill fanns det behov av uppsökande arbete, där man kunde komma åt ensamma äldre personer.

15 Begrepp som framkommit i våra intervjuer

I detta kapitel tar vi upp några av de begrepp som framkommit i våra intervjuer. Då det största önskemålet av frivilligt arbete var social samvaro och delaktighet har vi lagt vår tyngdpunkt på dessa. Ensamhet kan ses som motsatsen till dessa ämnen och är bland de

största problemen bland den äldre befolkningen. Eftersom social samvaro och gemenskap även kan förknippas till socialt kapital har vi kort behandlat detta ämne här.

15.1 Social samvaro och delaktighet

Ofrivillig ensamhet är förknippat med negativa faktorer så som ångest, oro och stress. Ensamhet är en stressfaktor som även ökar risken för hjärt- och kärlsjukdomar. Aktivt deltagande i olika sociala sammanhang samt ett gott socialt liv är sammankopplat med en bättre mental hälsa. Studier visar att ett socialt deltagande är inte bara associerat med en god psykisk hälsa, utan bidrar även till en bättre livskvalitet med färre sjukdomar och lägre mortalitet. Sociala aktiviteter stimulerar dessutom hjärnan vilket kan förebygga vissa sjukdomar. Socialt deltagande och samvaro är alltså nyckeln till ett hälsosamt och framgångsrikt åldrande. (Amagasa, Fukushima, Kikuchi, & Oka, 2017)

I artikeln *Sociala relationer, socialt deltagande och hälsa bland äldre personer*, framhålls betydelsen av socialt deltagande och den avsevärda vikten den för med sig angående hälsa och möjligheten till att klara det dagliga livet. Nyttan med ett socialt nätverk är vidsträckt och pågår hela livstiden enligt en ansevärd mängd forskning. Hos många äldre personer finns det en önskan om att på något sätt förbli verksam och socialt delaktig. Detta oberoende av att hälsan blir sämre och för att göra detta möjligt krävs samhällelig undsättning. (Agahi et al., 2010, s. 175)

Människors nätverk utgörs av kontakter mellan olika personer, såsom närstående, släkt, vänner samt att vara med i organiserad verksamhet. Tack vare dessa förbindelser får individen både känslomässigt socialt stöd samt de positiva bieffekter som har sin grund i detta stöd. Genom det sociala nätverket kan människan utöva socialt inflytande samt tillfällen att kunna påverka. Sociala förbindelser ger även ett socialt intresse och delaktighet i diverse situationer. Sociala kontakter åstadkommer även medel till immateriella som materiella resurser. (Agahi et al., 2010, s. 176)

Till ett lyckosamt åldrande, har man insett inom äldreforskningen, har bl.a. bestående vänskapsrelationer och att fortsätta hålla på med meningsfulla samt målinriktade aktiviteter en stor betydelse. En definition av det lyckosamma åldrandet är förmågan att ha en nedsatt risk för sjukdom och sjukdomar anknutna till funktionsnedsättning, en hög psykisk och kroppslig kapacitet och ett flitigt samt aktivt engagemang i tillvaron, detta i sin tur kan leda till en ökad förståelse, mening samt avsikt i livet. (Agahi et al., 2010, s. 176)

Könsskillnader kan ses i behovet av socialt stöd, detta kan grunda sig i att kvinnors och mäns sociala nätverk och sociala kontakter verkar vara olika. Karlar har för det mesta ett större nätverk med mer ytliga relationer, vilket kan relateras till att ha ett större utbud av informativt stöd. Kvinnorna har däremot oftast mer närstående kontakter, vilket kan betyda ett fördelaktigare känslomässigt stöd. (Agahi et al., 2010, s. 177)

De olika sambanden mellan sociala relationer och hälsa som man kommit fram till inom forskning är bl.a. att puls och blodtryck sjunker vid gynnsamma sociala kontakter och även att immunförsvaret blir bättre. Den psykologiska inverkan av goda sociala relationer är att individen får bättre självkänsla, självbild, social kompetens samt trygghet. Människor som får stöd av sitt nätverk erhåller även den hjälp de behöver för att kunna manövrera stressfyllda omständigheter. (Agahi et al., 2010, s. 178)

Vikten av enkla och informella möten skall inte förringas. Möjligheter till dessa möten är t.ex. i en persons boendemiljö såsom mataffären; att inte vara anonym i sin omgivning gör att tryggheten samt trivselen ökar. Men det kan lika gärna gälla en parkbänk eller en förening där dessa informella möten äger rum. (Agahi et al., 2010, s. 179)

Även de allra äldsta kan ha behov av sociala som fysiska aktiviteter fastän orken och hälsan försvagas. Då kan det behövas en samlingsplats som kan ta hänsyn till i synnerhet behovet av gemenskap, jämfört med fysiska aktiviteter. De aktiviteter som erbjuder delaktighet och gemenskap har ett stort värde. T.ex. att delta i en gemensam måltid, promenera eller göra en utfärd tillsammans ger både fysiska som psykiska fördelar. Forskning har även påvisat att hushållsarbete kan ge samma nytta som promenader har på hjärtat. (Agahi et al., 2010, s. 180)

I artikeln framhåller man att de äldre personer som inte själva kan ta sig till olika samlingsställen behöver ledsagning eller/och transport till dessa ställen. De menar att via frivilliga insatser kan de äldre få en möjlighet till detta. Vidare anmärker skribenterna att det är kommunen som borde ta rollen som nätverksbyggare och samordnare i det förebyggande och rehabiliterande arbetet för äldre som bor hemma. De menar även att biståndshandläggare, hemvårdare och distriktsköterska har möjligheter att ta en större roll än vad de gör idag. För att äldre individer skall kunna delta i olika evenemang behövs det specialarrangemang för detta. (Agahi et al., 2010, s. 180)

15.2 Gemenskap och socialt kapital

Delaktighet och socialt kapital har långtgående positiva följder både på samhälls- som på individnivå. Individer som ofta deltagit i frivilliga fritidsaktiviteter lever avsevärt längre än individer som lever passivt. De passivas dödsrisk är lika stor som de som röker. Det har bevisats att fritidsaktiviteter och social delaktighet gynnar hälsan och förlänger livet oavsett av allmänt kända riskfaktorer för hälsa. Det mest betydelsefulla som kommit fram i undersökningar är att känslan av samhörighet, gemenskap och deltagande i fritidsaktiviteter gav den bästa effekten. Ju fler fritidsaktiviteter människor deltar i desto längre lever de. Socialt kapital motsvaras av en känsla av samhörighet/vi-känsla, social delaktighet samt tillit till andra människor, som en kulturell norm. Detta sociala kapital är till förmån för alla i gemenskapen. Att känna tillhörighet till en gemenskap kan bidra till en förstärkt identitet. Självkänslan hos individer har konstaterats ha konsekvenser för en god folkhälsa. (Hyppää, 2007, ss. 161,163)

15.3 Ensamhet

Ensamhet är framförallt en individuell upplevelse och är därför svår att definiera. Ensamhet upplevs ofta som obehaglig och ångestfylld, en oönskad känsla. Känslan av ensamhet kan upplevas fastän man skulle vara omringad av andra personer, t.o.m. släkt eller vänner. Dock innebär det inte automatiskt att en person som är utan sällskap eller som har isolerat sig socialt från människor känner sig ensam. Alla människor har situationer i sina liv då de upplever sig vara ensam, åtminstone för en kort stund. Tillfälligt kan det vara kopplat till förändringar som sker i ens liv. Dessa situationer är oftast sådana som reparerar sig av eget initiativ. Ibland kan känslan av ensamhet upplevas för en längre tid. Kronisk ensamhet är ofta kopplad till levnadssituationer där en individ inte klarar av eller har stora utmaningar med att ingå hållbara sociala relationer. (Eläkeliitto ry, u.å)

Ensamhet är ett av de största problemen då de kommer till den äldre befolkningen. Upplevelsen av ensamhet bland den äldre befolkningen är ofta kopplad till olika förändrade livssituationer, som t.ex. förlust av ens respektive, skilsmässa och den egna sjukdomen. Även den individuella ömheten, personliga drag, samhällets attityd, byte av bostadsområde och allmänt samhällets kontinuerliga förändringar till något okänt ökar känslan av ensamhet. Var tredje 80-85-åring upplever ensamhet, och en av tio av den äldre befolkningen känner känslan av ensamhet ofta eller nästan hela tiden. Då det kommer till ensamhet bland den äldre befolkningen kan man se tre olika dimensioner: emotionell, fysisk

och social ensamhet. Emotionell, den känslomässiga sidans ensamhet är ofta sammanhängande med änkestående, ensamboende, dålig hälsa eller reducerad funktionsförmåga. Till fysisk ensamhet hör upplevelsen av brist gällande närhet, samhörighet och beröring. Bristande interaktion och få vän-relationer tillhör den sociala ensamhetskänslan. Vad som än är den bidragande faktorn till ensamhetskänslan hämtar den ofta med sig depression, en känsla av värdelöshet, sakta försvinnande livsglädje och känslan av livslust, sömnbrist och minnesproblem. Känslan av ensamhet och problemen det hämtar med sig försvårar möjligheten att bo hemma och ökar risken att hamna på anstaltsvård. (Eläkeliitto ry, u.å)

16 Kritisk granskning

Genom arbetet har vi strävat efter att vara etiskt korrekta och arbeta på ett sätt som uppehåller tillförlitligheten i arbetet. Vi har strävat efter att använda få sekundära källor men har ibland fått tillförlita oss på dem vid brist av annat material. Under hela projektets gång har vi försökt hålla beställarens önskan som baktanke samt koncentrerat oss på att få svar på de frågeställningar vi skrev i projektets början. Under projektets gång har vi kontinuerligt försökt ta hänsyn till andra forskares arbete och resultat, och alltid hänvisat till andra forskares publikationer.

Teorin för vårt examensarbete sammanfaller med de behov som kommit fram i våra intervjuer. Bl.a. den sociala samvaron ses som viktig i den bakgrundslitteratur vi bekantade oss med och det var det största önskemålet som kom fram i våra intervjuer. Vi har även behandlat ämnen som socialgerontologi där man kan läsa om de äldres olika behov av t.ex. aktiviteter och vikten av att uppleva mening i livet samt känslan av meningsfullhet. Alla aktiviteter, inklusive de frivilliga arbetets aktiviteter, skall utgå från den enskilde individens behov och önskemål.

Socialkonstruktivismen som perspektiv kan kopplas till fokusgruppintervjuer; den sociala interaktionen används till att åstadkomma data. I innehållsanalyserna har vi beaktat att ord eller en del av en mening kan förstås först då den kan ses i ett större sammanhang, som t.ex. i en mer omfattande interaktionsberättelse, då man kan tolka den bättre när den är associerad till kontexten. Vi har haft en salutogenisk och holistisk syn på hälsa. Den vårdvetenskapliga aspekten har framkommit genom hela examensarbetet där vi t.ex. tagit upp ämnen som hur det frivilliga arbetet påverkar hälsan på ett positivt sätt.

17 Slutprodukt

Som slutprodukt har vi valt att göra en affisch med centrala begrepp som framkommit i de avlagda fokusgruppsintervjuerna. Från början hade vi som tanke att låta en professionell göra affischen med tanke på slutresultatet, men p.g.a. tidsbrist samt avsaknad av finansiellt stöd, beslöt vi inom gruppen att själva göra en affisch.

18 Diskussion och utvecklingsförslag

Social samvaro och delaktighet var de största behoven och önskemålen i vår undersökning och aktiviteter som understöder detta kan ses som välkommet bland de äldre. Detta behov tolkar vi det som att det blev tillfredsställt på åtminstone en ort, där de äldre personerna som intervjuades själva var väldigt aktiva och deltog i t.ex. pensionärsföreningens egna frivilligaktiviteter. På samma ort sågs däremot behovet av t.ex. väntjänst inte som tillfredsställande; det räcker inte till med frivilliga arbetare inom väntjänst för alla människor som är i behov av dessa tjänster.

Som utvecklingsförslag ser vi att det fanns stort behov av att få mera information om både det frivilliga arbetets tjänster som myndigheternas tjänster för äldre personer. Det framkom även i intervjuerna att alla inte klarar av att söka fram information på internet eller ens har tillgång till en dator, därför vill man helst ha information i pappersform, lätt tillgängligt och så klart och tydligt som möjligt.

Här är några citat där intervjupersonerna eftersökte detta:

"det är just det som är frågan, där det haltar (syftade på samarbetet mellan myndigheter och tredje sektorn), att det finns ett glapp mellan frivilliga och de ansvariga myndigheterna. Att det skulle behöva utvecklas någonting däremellan"

"...oberoende av frivilliga eller inte, vad behöver människor? Men de kan sedan rekommendera allt möjligt (frivillig arbetaren)"

"man borde kartlägga vilka föreningar som eventuellt idkar något som helst frivilligt arbete, att när äldre människor eller vilka människor som helst, går dit och frågar "vart kan man få synskadehjälp eller hörselskadehjälp, eller vilken annan hjälp som helst, så de skulle kunna ha det till pappers, och slå framför näsan på den personen och säga att här kan ni söka, ring upp den och den föreningen"

Det framkom också att äldre människor kan ha svårt för att be om hjälp och de vet möjligen inte själva om vilka behov de har; de har kanske anpassat sig till ett tillstånd som de kunde få hjälp med om de visste att denna hjälp fanns att få. Därför ser vi det som viktigt med att information om olika tjänster som berör äldre 65+ är nödvändigt att få fram till en och var och att en utredning om behov inte skulle göras enbart vid 75-års åldern, utan kontinuerligt och i synnerhet i äldre ålder då läget hastigt kan försämrats. Till detta kunde något slag av uppsökande arbete vara viktigt.

Samtliga diakoner i vår undersökning var av samma åsikt att det behövs mer av frivilliga inom väntjänsten och frågan är hur man kunde nå ut till och aktivera människor som både har tid och ork att utöva det frivilliga arbetet. Är det genom att ge mera synlighet om att det behövs frivilligarbetare i traditionella medier som även i de sociala medierna?

Detta kom fram i en intervju med en diakon:

"Dagens människor ställer gärna upp, det finns många som just gått i pension och som har behov av och vill göra något meningsfullt. Det gäller att hitta dessa människor och att uppmuntra dem att börja med frivilligt arbete"

Målet och syftet med arbetet anser vi har blivit uppfyllt. Vi har lärt oss mycket om frivillig verksamhet, och fått se mycket som fungerar samtidigt som vi sett och fått höra om stora brister gällande ämnet. Vi har även fått höra åsikter om upplevda brister som gäller i kommunerna angående frivillig arbete samt rådgivningen. Av detta har vi lärt oss att det är bra att ha kunskap om området i det framtida yrket.

Att göra examensarbete har varit givande och man har fått en ny uppfattning om ämnet. I sitt blivande yrke är det bra att veta om vilka frivilliga insatser sin kommun erbjuder och vad man kan ge för information vidare till patienten/klienten. Som professionell kan man även föreslå äldre till att söka hjälp via de frivilliga samt själv arbeta inom frivilligt arbete om man vill.

Resultatet som framkommit i de olika intervjuerna vi gjort kan användas av projektbeställaren Svenska pensionärsföreningen rf. som referens vid utvecklande av deras verksamhet. Resultatet kan även användas av andra föreningar som är aktiva inom frivillig verksamhet. Med hjälp av det som framkommit i de olika intervjuerna kan de olika organisationerna se var det finns brister och vad som behöver förbättring. Arbetet behandlar ett aktuellt tema som hela tiden förändras samtidigt som samhället förändras.

För att få en bättre bild av önskemål och behov krävs att man intervjuade och undersökte de människors behov som nu inte kom till tals; ensamma personer som inte har möjlighet eller ork att ta sig till frivilligverksamhet.

19 Avslutning

Vi kan konstatera att det frivilliga arbetet i samhället har en enorm betydelse, såväl för den enskilde individen som för hela nationen, från många olika synvinklar sett, t.ex. hälsomässigt, socialt och ekonomiskt. I de orter vi undersökte lever det frivilliga arbetet, men det fanns även olikheter i utbudet av det frivilliga arbetet. Likheter mellan orterna fanns i behoven och önskemålen, det största önskemålet på samtliga orter gällde den sociala samvaron. Även behoven av det frivilliga arbetet som det uppfattades från diakonernas synvinkel, hade likheter. Där uppfattades det största behovet vara väntjänst-verksamhet.

Källförteckning

- Agahi, N., Lennartsson, C., Österman, J., & Wånell, S. (2010). Sociala relationer, socialt deltagande och hälsa bland äldre personer. *Socialmedicinsk tidskrift*, 10(3), ss. 175-181.
- Amagasa, S., Fukushima, N., Kikuchi, H., & Oka, K. (2017). Types of social participation and psychological distress in Japanese older adults: A five-year cohort study. *Plos One*, 17(12), ss. 1-12. Hämtat den 28 4 2018
- Bondevik, M., & Nygaard, H. (2005). *Geriatrisk ur ett tvärvetenskapligt perspektiv*. Lund: Studentlitteratur.
- Carlsson, M. (2010). Institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap i Uppsala - en kort presentation. *Social Medicinsk tidskrift*, 87, 431. Hämtat från <http://socialmedicinsktidskrift.se/index.php/smt/article/view/743/560> den 03 05 2018
- David, M., & Sutton, C. (2016). *Samhällsvetenskaplig metod*. Malmö: Liber Ab.
- Eläkeliitto ry. (2008). *Auttamisen iloa. Palvelevan vapaaehtoistoiminnan opas*. Multiprint.
- Eläkeliitto ry. (u.d.). *Tunnemieli - mielen hyvinvointia ja vapaaehtoistoimintaa*. Hämtat från Eläkeliitto ry: <http://www.tunnemieli.fi/ikaantyneen+mielen+hyvinvointi/yksinaisyys/>
- Eläkeliitto ry. (u.å). *Tunnemieli*. Hämtat från Yksinäisyys: <http://www.tunnemieli.fi/ikaantyneen+mielen+hyvinvointi/yksinaisyys/> den 28 4 218
- Eriksson, K. (1992). *Broar Introduktion i vårdvetenskaplig metod*. Vasa: Oy Arkmedia Ab.
- Etene. (2014). *Vapaaehtoistoiminnan etiikkaa*. Hämtat från <http://etene.fi/documents/1429646/1556041/Kannanotto+vapaaehtoistoiminnan+etiikasta.pdf/699021f0-dbca-4a81-8fc9-2f91ce31221f> den 25 4 2018
- Europeiska deklarationen. (2010). *Europeisk deklaration om äldres rättigheter och skyldigheter då de är i behov av vård och omsorg*.
- Finlex. (2000). *Finlex*. Hämtat från Lag om klientens ställning och rättigheter inom socialvården: <https://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/2000/20000812?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=sj%C3%A4lvbest%C3%A4mmander%C3%A4tt#highlight0>
- Finlex. (den 23 08 2002). *Finlex*. Hämtat från Työturvallisuuslaki 23.8.2002/738: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2002/20020738>
- Finlex. (april 2018). *Finlex*. Hämtat från Lag om klientens ställning och rättigheter inom socialvården- 22.9.2000/812 : <https://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/2000/20000812?search%5Btype%5D>

=pika&search%5Bpika%5D=sj%C3%A4lvbest%C3%A4mmander%C3%A4tt#highlight0

- Forskningsetiska delegationen. (2009). *Etiska principer för humanistisk, samhällsvetenskaplig och beteendevetenskaplig forskning och förslag om ordnande av etikprövning*. Helsingfors.
- Giddens, A., & Sutton, P. (2014). *Sociologi*. Lund: Studentlitteratur.
- Grootegoed, E., & Tonkens, E. (2017). Disabled and elderly citizens' perceptions and experiences of voluntarism as an alternative to publically financed care in the Netherlands. *Health & Social Care in the Community*, 17(25), ss. 234-242.
Hämtat den 5 4 2018
- Halkier, B. (2010). *Fokusgrupper*. Malmö: Liber Ab.
- Hellström, U. W. (2005). *diva-portal*. Hämtat från Äldres upplevelser av självbestämmande på skärskilda boenden: <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:733515/FULLTEXT01.pdf> den 13 4 2018
- Honkala, S., & Rantanen, T. (2011). *Vapaaehtoistyö, ulkoliikunta ja vanhusten hyvinvointi - Hyvinvointia eläkeläisille ihmisille laadukkaalla vapaaehtoistyöllä*. Hämtat från http://gerocenter.fi/wordpress/wp-content/uploads/2013/04/VAU_julkaisu_netiti2013.pdf
- Hyppää, M. (2007). *Livskraft ur gemenskap-om socialt kapital och folkhälsa*. Lund: Studentlitteratur.
- Jokinen, A., Juhila, K., & Suominen, E. (2016). *Diskurssianalyysi. Teoriat, peruskäsitteet ja käyttö*. Tammerfors: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino.
- KansalaisAreena ry. (u.d). *Vapaaehtoistyö Suomessa 2010 ja 2015*. Hämtat från http://www.kansalaisareena.fi/Vapaaehtoistyö_Suomessa_2010ja2015.pdf den 22 3 2018
- Kuusela, P., & Saastamoinen, M. (2001). *Ruumis, minä ja yhteisö. Sosiaalisen konstruktionismin näkökulma*. Kuopio: Kuopion yliopisto sosiaalitieteiden laitos.
- Nylund, M., & Yeung, A. (2005). *vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Jyväskylä: Gummerus Kirjanoaino Oy.
- Olsson, H., & Sörensen, S. (2011). *Kvalitativa och kvantitativa perspektiv. Forskningsprocessen*. Stockholm: Liber Ab.
- Patel, R., & Davidson, B. (2011). *Forskningsmetodikens grunder. Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Röda Korset. (2013). *RedNet*. Hämtat från Etikregler: <https://rednet.rodakorset.fi/node/26574> den 17 4 2018
- Schleutker, E. (2013). *Väestön ikääntyminen ja hyvinvointivaltio - Mitä vaihtoehtoja meillä on?* Hämtat från <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110779/schleutker.pdf?sequence=>

- Social- och hälsovårdsministeriet. (2011). Hämtat från Social- och hälsovårdsministeriets strategi för social- och hälsovårdspolitiken. Ett socialt hållbart Finland 2020:
<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/71958/URN%3ANBN%3Afi-fe201504223063.pdf?sequence=1> den 28 3 2018
- Sosiaali- ja terveystalouden perusta. (2011). *etene*. Hämtat från
<http://etene.fi/documents/1429646/1559058/ETENE-julkaisuja+32+Sosiaali-+ja+terveysalan+eettinen+perusta.pdf/13c517e8-6644-4fa5-8c5f-193cfdce9841/ETENE-julkaisuja+32+Sosiaali-+ja+terveysalan+eettinen+perusta.pdf.pdf> den 27 4 2018
- Sotkanet. (2018). *Tulostaulukko - 65 vuotta täyttäneet % väestöstä*. Hämtat från
<https://www.sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko?indicator=s073BAA=®ion=s07MBAA=&year=sy6rsDbS0zUEAA==&gender=t>
- Svenska pensionärsförbundet. (u.d.). *Ett växande förbund*. Hämtat från
<https://spfpension.fi/sv/forbundet/>
- Tamm, M. (2012). *Psykosociala teorier vid hälsa och sjukdom*. Lund: Studentlitteratur.
- Tjora, A. (2012). *Från nyfikenhet till systematisk kunskap. Kvalitativ forskning i praktiken*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Uotila, H. (2011). *Vanhuus ja yksinäisyys - Tutkimus iäkkäiden ihmisten yksinäisyyskokemuksista, niiden merkityksistä ja tulkinnoista*. Hämtat från
<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66801/978-951-44-8553-4.pdf?se>
- Utriainen, J. (2011). *Vapaaehtoisuus vanhustenhuollon voimavarana. Kehittyvät vanhustalvet julkaisuja 1/2011*. Helsingfors: Kopio Niini Oy.
- Valliluoto, S. (2014). *Vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista ja esteistä*. Hämtat från
https://media.sitra.fi/2017/02/27174632/Vapaaehtoistoiminnan_mahdollisuuksista_ja_esteista-2.pdf
- Wasserbauer, L., Arrington, D., & Abraham, I. (Augusti 1996). using elderly volunteers to care for the elderly: opportunities for nursing. *Nursing economics*, 96(14), ss. 232-238. Hämtat den 25 4 2018
- Vetenskapsrådet. (2005). *Vårdvetenskap i tiden*. Hämtat från
<http://www.vr.se/download/18.62e1b0511073c5d19180004/va> den 03 05 2018

Tabellförteckning

Tabell 1. Önskemål och behov i Borgå	23
Tabell 2. Önskemål och behov i Pargas.....	30
Tabell 3. Önskemål och behov i Åbo.....	34
Tabell 4. Behov för frivilligt arbete.....	41



Avdelningen för vård och det sociala området

Projektbeskrivning för examensarbeten

Projektets namn: Frivilligarbete bland äldre

Projektansvarig lärare: Michaela Jalava

Bakgrund

Den frivilliga verksamheten eller det frivilliga arbetet är mångfacetterat och omfattande i vårt land och utgör en viktig del av välbefindandet. I framtiden räknar man med att den frivilliga verksamheten får en allt viktigare samhällsroll bl. a. i och med den växande andelen äldre personer och samhällets ekonomiska begränsningar.

Syfte

Att kartlägga vilken frivilligverksamhet för äldre (65+) som finns och vad som saknas.

Att utreda vilka behov och önskemål inom frivilligverksamhet de äldre i Svenskfinland har.

Att utreda hälsofrämjande och etiska aspekter inom frivilligarbete.

Utförande

Kartläggning och undersökning som fokuserar på vilken slags frivilligverksamhet som finns och vad som saknas, så att efterfrågan och utbud möts. Metoder som används är bl.a. intervjuer, enkäter och analys av dokument och befintligt material.

Förväntade resultat

I framtiden ska denna undersökning utmynna i en gemensam verksamhetsmodell för frivilligverksamhet enligt vilken denna kan organiseras och utvecklas i framtiden. En tanke är även en svensk websida för frivilligarbete.

Partners: Svenska pensionärsförbundet rf

Projektid: 2017-2018

Lärdomsprovets kompetenser

I lärdomsprovet fördjupar studerande sina kunskaper och färdigheter inom ett till utbildningsprogrammet hörande centralt kompetensområde.

Forskning och utveckling

Studerande kan systematiskt utveckla sitt yrkesområde och har förmåga att på ett vetenskapligt sätt presentera, diskutera och granska utvecklingsprojekt.

Mångprofessionellt arbetssätt

Studerande kan utföra forsknings- och utvecklingsverksamhet i mångprofessionella team.

Resursförstärkande intervention och aktion

Studerande kan tillämpa ett resursförstärkande perspektiv på utredning, utveckling och utvärdering av resursförstärkande yrkespraxis inom social- och hälsovård.


Vårdvetenskapligt förhållningssätt (för Utbildning till sjukskötare och hälsovårdare)

Reflektion och tillämpning av vårdvetenskapens metaparadigm enligt utbildningsprogrammets instruktioner för vårdvetenskap.

Projektplanen uppgjord 4.12.2017 av Michaela Jalava

Informationsbrev

Vi är två sjukskötarstuderande, en hälsovårds- och en socionomstuderande vid Yrkeshögskolan Novia i Åbo som i vårt examensarbete skall kartlägga och undersöka om vilket slag av frivilligverksamhet som finns och vad som saknas för äldre personer (65+) i Svenskfinland, så att det som eftersöks och det utbud som står till förfogande kan mötas.

I framtiden skall denna undersökning resultera i en gemensam verksamhetsmodell för frivilligverksamhet enligt vilken denna kan organiseras och utvecklas. Projektet är ett beställningsarbete av Svenska pensionärsförbundet . Projektet går under namnet "Frivilligarbete bland äldre".

För att få en omfattande kartläggning över den frivilliga verksamheten för äldre i Svenskfinland kontakter vi seniorrådgivare i samtliga städer som gäller vår undersökning. För att få fram äldres (65+) önskemål och behov gällande frivilligverksamhet inom Svenskfinland använder vi oss av den kvalitativa datainsamlingsmetoden fokusgruppsintervjuer med medlemmar inom Svenska pensionärsföreningen samt gör intervjuer med församlingarnas diakoner om deras syn på behov av frivillig verksamhet för äldre.

Inom Nyland har vi utvalt områdena för vår undersökning till Borgå och Raseborg. Inom Åboland har vi utvalt områdena Åbo samt Pargas.

Fokusgruppintervjuerna bandas in, men ingen utomstående får lyssna på materialet och materialet förstörs efter att vårt examensarbete är färdigt. Materialet transkriberas. Intervjudeltagarnas identitet kommer att förbli anonyma i allt skrivet material. Det färdiga examensarbetet kan läsas av allmänheten på Theseus.

Handledande lärare: Michaela Jalava och Daniela Sundell

Studerande:

Annette Hansen	AnnetteHansenJah@edu.novia.fi
Maria Lehto	Maria.Lehto@edu.novia.fi
Katarina Lundberg	Katarina.Lundberg@edu.novia.fi
Julia Symes	Julia.Symes@edu.novia.fi

Intervjuer

Seniorrådgivningar

Telefonintervjuer där vi ber om en kartläggning över utbudet av frivilligverksamhet för svenskspråkiga 65 åringar eller äldre (Borgå, Pargas, Raseborg, Åbo)

Diakoner

Semistrukturerade telefonintervjuer (Borgå, Pargas, Raseborg, Åbo)

Intervjufrågor till församlingarnas diakoner

- Hurdant är utbudet för frivilligt arbete för 65+ åriga svenskspråkiga personer på din ort?
- Av vilken frivilligverksamhet finns det största behovet för?
- Finns det ett dolt behov för frivillig verksamhet för till exempel sådana som inte klarar av att fråga efter dem själva?
- Vilket slag av verksamhet innefattar det dolda behovet?
- Hur kunde man nå människor som inte själva kan begära att få det frivilliga arbetets tjänster?
- Vilka fördelar och nackdelar kan det finnas med ett ökande behov av frivilligt arbete?

Fokusgruppintervjuer

Introduktion:

Vi är två sjukskötarstuderande, en hälsovårds- och en socionomstuderande vid Yrkeshögskolan Novia i Åbo som i vårt examensarbete skall kartlägga och undersöka om vilket slag av frivilligverksamhet som finns och vad som saknas för äldre personer (65+) i Svenskfinland, så att verksamhet som redan existerar kan jämföras med verksamhet som eftersöks. Projektet har beställts av Svenska pensionärsförbundet.

Vi utför fokusgruppsintervjuer med medlemmar inom Svenska pensionärsföreningen. Inom Nyland har vi utvalt områdena för vår undersökning till Borgå och Raseborg. Inom Åboland har vi utvalt områdena Åbo samt Pargas.

Fokusgruppintervju är en forskningsmetod där en grupp människor utfrågas om ett visst ämne och där man vill ha fram olika åsikter, synpunkter, inställningar och erfarenheter. Fokusgruppintervju är annorlunda jämfört med vanliga intervjuer, för att frågorna ställs till hela gruppen och ska leda till diskussion mellan gruppmedlemmarna, här får alltså deltagarna prata mera med varandra än med intervjuaren.

Kort förklaring av frivilligt arbete: Det finns allmänna principer och regler för frivilligt arbete. Det frivilliga arbetet grundar sig på att en människa av fri vilja vill hjälpa och stödja en annan människa. Syftet med det frivilliga arbetet är att främja och stödja människors välbefinnande, på mottagarens villkor. Personen som utför det frivilliga arbetet får ingen lön för sina tjänster. Personen som utför det frivilliga arbetet har en vanlig ordinär människas kunskap och erfarenhet. En frivillig arbetare ersätter eller kompenserar inte en yrkesmänniska. Det frivilliga arbetet för äldre kan gälla hembesök (t.ex. små hushållsbestyr, läsa högt, samtala), besök till vårdhem eller sjukhusavdelningar, som följeslagare (t.ex. till affären, apotek, bibliotek, till läkare, kyrkan eller annat), promenadkompis, gruppaktivitet etc. Det frivilliga arbetet kan utföras en enda gång, slumpmässigt samt kort- eller långvarigt. Det frivilliga arbetet grundar sig på jämlikhet, där både individen som mottar och personen som utför det frivilliga arbetet är jämlika och där all interaktion är respektfull. Frivilliga arbetaren hör samman mottagarens självbestämmanderätt. Frivilligarbetare har tystnadsplikt. (Källa: Eläkeliitto ry. 2008. *Auttamisen iloa. Palvelevan vapaaehtoistoiminnan opas*. Multiprint. s, 9-11, 16, 17)

Fokusgruppintervjuerna bandas in, men ingen utomstående får lyssna på materialet och materialet förstörs efter att vårt examensarbete är färdigt. Materialet skrivs ut. Era namn kommer inte att synas någonstans. Det färdiga examensarbetet kan läsas av allmänheten på Theseus. Intervjun kommer att ta ca 1 – 1,5 timmar. Ni ska vara här av fri vilja och av eget intresse. Ni har närsomhelst lov att avbryta eller avlägsna er från intervjun.

(Vi börjar med att berätta lite om oss själva och sedan får de i intervjugruppen berätta om sig själva om de vill.)

Efter presentationen: Det vi nu är intresserade av är åsikter, erfarenheter och önskemål gällande frivilligverksamhet på den ort ni bor i.

Vi vill ha olika åsikter och synpunkter, alla svar och kommentarer är rätta! Alla erfarenheter är lika betydelsefulla!

Jag har sju frågor som ni får diskutera om. Ni får en fråga i taget. Ni får själva diskutera om ämnet, ställa frågor till varandra, berätta om erfarenheter och komma med synpunkter. Om ni inte kommer på något att säga om ämnet eller om ämnet övergår till något helt annat som inte har med frågan att göra, kan någon av er gå tillbaka till frågan, eller så gör jag det. Ni kan försöka tänka er att det är som att ni sitter och pratar över en kopp kaffe hemma hos någon, men några regler har vi ändå:

- Alla lyssnar på den som talar
- Vi respekterar allas åsikter, fastän de är helt olika våra egna
- Vi respekterar allas anonymitet
- Vi pratar i förtroende

Vill ni fråga någonting före vi börjar med intervjun?

Frågorna är:

- Inledningsfråga: *Vet ni hurdant frivilligarbete som erbjuds svenskspråkiga personer i regionen som fyllt 65 år?*
- Inledningsfråga: *Har ni själva varit aktiva inom frivilligt arbete?*
- Inledningsfråga: *Har ni själva använt er av frivilligt arbete?*
- *Hurdana önskemål och behov har ni för frivilligt arbete?*
- *Tycker ni att utbudet av frivilligt arbete är tillräckligt?*
- *Om ni inte nu har behov av frivilligt arbete, hurdant behov tror ni att ni eventuellt kommer att ha av det i framtiden?*
- *Tycker ni att tröskeln för att be om frivilligarbetets tjänster är hög?*

Vi tackar för deltagandet i fokusgruppintervjun!

Som ett litet tack får alla deltagare i fokusgruppintervjuerna en förtäckning över frivilligt arbete (som vi själva framställt) som erbjuds äldre svenskspråkiga personer (65+) på den ort de bor. Vi ger också Informationsbrevet om vårt examensarbete till dem som inte fått det tidigare och som vill ha det.

Debriefing: Vi frågar hur deltagarna har tyckt om att delta i intervjun.

Sökhistorik

Sökord	Avgränsningar	Databas	Träffar	Använda källor	Datum	Använd i kapitel
Volunteer and elderly	Full text, publication date 2012-2018	EBSCO	129	1	05.04.18	6
Volunteer and elderly care	Full text publication date 1990-2017	EBSCO	60	1	25.04.18	6
Volunteer and social and friend	Full text puplication date 2002-2017	EBSCO	73	1	27.04.18	6
Vårdvetens kap		SveMed +	13	1	03.05.18	7

Frivilligverksamhet i Borgå för svenskspråkiga personer över 65 år (14.3.2018):

(gäller alltså inte annan verksamhet än den som utförs av frivillig arbetare, på listan finns inte frivilligt arbete inom patientföreningar eller kamratstödsföreningar)

Väntjänst. Anordnare: Röda Korset tel. 040 757 1236 Ågatan 25, Borgå

Tillfällig följeslagare. Anordnare: Röda korset tel. 040 757 1236 Ågatan 25, Borgå

Handarbetsgrupp Flitiga händer, måndagar kl. 10 - 12 (tvåspråkig). Ågatan 25, Borgå.
Anordnare: Röda korset tel. 040 757 1236

Avgiftsfri handledning för seniorer gällande datamaskin, tablett och mobiltelefon. Tisdagar kl. 10 - 12 utan tidsbeställning, 27.2. – 15.5.2018, Äppelbackens servicehus. Anordnare: Kamratrådgivare ENTER ry:s frivilliga: www.entersenior.fi

Café ankaret, träffpunkt för alla åldrar, någon att prata med, möjlighet att sticka lappar till filter, intäkterna går till missionsarbetet. Tisdag – torsdag kl. 10 -13.30, Runebergsgatan 24, Borgå, ingång från gården. Anordnare: Borgå svenska domkyrkoförsamling/sköts som frivillig verksamhet

Matutdelning för behövande, tisdag och fredag kl. 12.30 – 14, torsdag andakt kl. 12.30 – 13.30, utdelning av matvaror torsdag 13.30 – 15.00. Fänriksgatan 16, Borgå. Anordnare: Porvoon Lähimmäistyö ry.

Promenadkompis. Borgå stad, koordinatör av frivilligt arbete, Petra Bärlund-Hämäläinen, Tullportsgatan 4, Borgå. Tel. 0400 186 818 petra.barlund-hamalainen@porvoo.fi

Frivilligarbete till den äldres hem. Borgå stad, koordinatör av frivilligt arbete, Petra Bärlund-Hämäläinen, Tullportsgatan 4, Borgå. Tel. 0400 186 818 petra.barlund-hamalainen@porvoo.fi

Frivilligarbete till vårdhem för äldre. Borgå stad, koordinatör av frivilligt arbete, Petra Bärlund-Hämäläinen, Tullportsgatan 4, Borgå. Tel. 0400 186 818 petra.barlund-hamalainen@porvoo.fi

Väntjänst. Anordnare: Borgå svenska domkyrkoförsamling. Diakoniarbetare Irina Lemberg tel. 040 512 5082

Ukkokerho. Herrgrupp (tvåspråkig). Var tredje onsdag kl. 10 – 12. Anordnare: Röda Korset tel. 040 757 1236 Ågatan 25, Borgå

Juttutupa & Kävelevät kirjat. Bokleverans (tvåspråkigt). Månadens första tisdag kl. 10 – 11. Vårberga bibliotek. Anordnare: Röda Korset tel. 040 757 1236

Borgå svenska pensionärsförenings frivilligverksamhet:

Bokcirkeln 9.4. och 7.5 kl. 14 i Äppelbacken, rum Melba. Ledare Christine Huusko tel. 040 553 3022

Allsång för alla 16.4. kl. 12 – 13 i församlingshemmets musikrum. Ledare Tua Lindberg-Selén tel. 0400 800037

Korthajarna spelar kort måndagar och fredagar kl. 8.30. Kontaktperson Gunnel Majander 040 778 0808

Mysjumpa varannan torsdag (jämma veckor) kl. 13 – 14 i Äppelbackens Silva. Lätt gymnastik för sjuka leder. Kontaktperson Urda Lindberg 040 729 0691

Samtalscafé varannan onsdag kl. 13 – 15 (jämma veckor) till den 18.4. i Äppelbacken rum Silva. Diskuterar dagens aktualiteter. Kontaktperson Stina Lähde tel. 040 5107604

Vattenjumpa varannan måndag (jämma veckor) i Äppelbacken. Kl. 14.30 grupp 1 och kl. 15.10 grupp 2. Ledare Stina Särkkä. Till den 14.5 (ej 2.4 och 30.4). Kontaktperson Gunnel Majander 040-7780808

Boccia spelas fredagar kl. 12-14 i Kokonhallen. Kontaktperson Bror-Erik Ekstam tel. 0400-904382 eller broda1943@hotmail.com

Borgå svenska pensionärsförening håller även samkväm varannan torsdag (ojämna veckor) kl. 12.30 i svenska församlingshemmet, Runebergsgatan 24. Samlingarna innehåller olika slag av program och information, allsång, kaffe och ett avslutande lotteri

Frivilligverksamhet i Pargas för svenskspråkiga personer över 65 år (2.3.2018)

(gäller alltså inte annan verksamhet än den som utförs av frivillig arbetare, på listan finns inte patientföreningar eller kamratstödsföreningar)

- Seniorstugan (andra delen, sk. ”**öppna vardagsrummet**”). I vardagsrummet erbjuds olika slag av program och aktiviteter må-to kl. 8.30–15.30 och fre kl. 8.30–15.00.
- Väntjänst. Anordnare Röda Korset
- Tillfällig följeslagare. Anordnare Röda Korset
- Assistenten för bland annat fritidssysselsättningar och ärenden. Anordnare Assistentcentret.
- Frivillig telefonservice. Anordnare Folkhälsan.

Hobbygrupper (2018), anordnare Pargas Svenska pensionärer r.f.:

Boccia/Boule (kontaktperson: Estrid Enlund, 050 346 35 70)

Bowling (kontaktperson: Seppo Rajamäki, 0400 46 91 92)

Bridge (kontaktperson: Jan-Erik Bergquist, 044 039 28 82)

Fotogrupp (kontaktperson: Lorenz Michael, 0400 233 143)

Da Capo (kontaktperson: Rabbe von Weymarn, 0400 112193)

Encore (kontaktperson: Maria Simberg-Sörensen, 040 825 50 39)

Konst (kontaktperson: Marianne Saanila, 040 722 62 26)

Stavgång (kontaktperson: Rainer Wahtera, 0400 9122269)

Trädgård (kontaktperson: Pirkko Lehtonen, 02-458 74 51)

Vattengympa (kontaktperson: Kari Penttinen, 050 5119777)

IT-grupperna (kontaktperson: Pentti Nyström, 050 5667035)

**Frivilligverksamhet i Raseborg för svenskspråkiga personer över 65 år
(26.2.2018)**

Seniorrådgivningen kan ge information om frivilligt arbete: Tel: 019 289 3133, vardagar kl. 8-11

Seniorpunkten: Varannan tisdag 14-16 i Seniors. Bjuds kaffe/te.

Nylands minneslots: Tel:0400 321 239. Äldreomsorgen i Ekenäs rf, Centralgatan 65, 10300 Karis.

Väntjänst Raseborg. Anordnare: Röda korset. Tel: 040 090 1397

Folkhälsan Ekenäs stad. Tel: Ordförande 0445266368 Har olika program, ordnar b.la. seniors evenemang.

Ekenäsnejdens svenska församling. Församlingen har b.la. besöksvänner. Pastorskansliet i Ekenäs tel: 019-24 11 060. Öppet: må-fr kl. 9-13. Besöksadress: Larssonsvägen 1, 10600 Ekenäs

I Ekenäs finns mycket av evenemang, motion och möten som ordnas för de äldre. Seniorrådgivningen är ett ställe de äldre kan kontakta och få rådgivning samt information om nästan vad som helst som de funderar på. Om den äldre själv orkar delta och vara aktiv så finns det en hel del evenemang. "Må bra" är en händelse som fortsätter i Ekenäs och här kan de äldre delta i t.ex. stavgång och vattengymnastik vilket ordnas regelbundet samma tider och det är bara att hoppa med. Då man tänker på de äldre som inte mera kan delta i fysiska aktiviteter så ger församlingen en god hjälpande hand med "besöksvänner" samt röda korset har väntjänster. De äldre kan även delta i olika grupper såsom Ekenäs - marthaförening, -pensionstagare, -pensionärer och Ekenäsnejdens invalider samt Österby pensionärer.

Frivilligverksamhet i Åbo för svenskspråkiga personer över 65 år (22.3.2018)

Åbo stads rådgivning POIJU kan ge information om frivillig verksamhet – träffpunkt för åldringar (både på finska och svenska) – öppettider mån-fre 9.00-15.00 (café 11-14) – Humlegårdsgatan 7b 20100 Åbo - Tfn. 050 373 1037 – e-post: ikaihminen.palvelutori@turku.fi

Luckan i Åbo kan ge information om vad det finns för utbud av frivillig verksamhet – öppettider mån & tis 12-17, ons 12-19, tor & fre 12-16 - Auragatan 1B 20100 Åbo – Tfn. (02) 233 1986 - E-post: abo(at)luckan.fi - Webb: abo.luckan.fi

Åbo svenska församlingen har bl.a. missionskrets, öppen dagverksamhet och Café orkidé (som fungerar som ett ställe för social samvaro) – Aurelia, Auragatan 18 20100 Åbo – församlingsbyråns öppettider mån, tis & tor 10-12, ons 13-15, fre 10-12 – Tfn. 040 3417 458

Folkhälsan i Åbo – Henriksgatan 9, 20500 Åbo – Chatrin Kotka, kontaktperson i Åboland Tfn. 044 488 3000 – Tfn. Växel: +358 9 315 000 – mån-fre 8.00-16.00

Röda korset ordnar bl.a. vänverksamhet, klubbverksamhet, ljugarbänken (diskussionsgrupp för män) och andra tillfälliga evenemang – Tavastgatan 22, 20100 Åbo – Ordförande Eivor Huldén, Tfn. 044 971 2625, e-post: huldeneivor@gmail.com - webb: rednet.rodakorset.fi/abosvenska – allmän e-post: abo.svenska@rodakorset.fi

Fingerroos stiftelsen – Universitetsgatan 24 A 7, 20100 Åbo – Ordförande Ulla-Maija Nikula, Tfn. 044 033 3678, e-post: ulla-maija.nikula@fingerroos.net - kontorsöppettider tis & tor 13–15

Åbo Svenska Marthaförening – Gillesgården, Auragatan 1 G, 20100 Åbo – Ordförande Mia Henriksson, Tfn. 040 577 1713, e-post: abomarthaforening@gmail.com - Sekreterare Harriet Eriksson, e-post: harriet.eriksson@abo.fi

Åbo stad & Åbo svenska pensionärsförening ordnar ibland olika evenemang, men har inget kontinuerligt på gång – Åbo stad Tfn. (02) 330 000, e-post: turun.kaupunki@turku.fi, webb: <https://www.turku.fi/sv> - Åbo svenska pensionärsförening, Ordförande Inga-Lill Karlsson, Tfn. 040 700 9935, e-post: jennyinalill@gmail.com, webb: <http://www.abo.spfpension.fi/start/>

Det finns inte en seniorrådgivning i Åbo som är ansvarig eller kan förmedla information om frivillig verksamhet i Åbo regionen.

